Program telewizyjny wszystkich stacji DVB

MAGAZYN

SUPER express TV

MAGAZYN TELEWIZYJNY NA:
11–17.06
2021
NR 23

SERIALE
„Na Wspólnej": ślub Michała przerwie szokujące odkrycie
str. 5

RETRO
Tajemnice kultowego „Janosika"
str. 9

KUCHNIA
Pyszne pomysły na dania z bobem
str. 12

str. 3

„RECEPTURA" – NOWY SERIALOWY HIT JESIENIĄ PRZENIESIE NAS W PRZESZŁOŚĆ

Czy Robert Lewandowski poprowadzi Polaków do zwycięstwa?

Wielkie piłkarskie emocje w Euro 2020

str. 4

REKLAMA

SERTOP TYCHY

Jeden serek wiele możliwości

www.sertop.pl

UWAGA!

NOWY KUPON MULTILOTERII!

TERAZ WYŻSZE KWOTY!

WYGRAJ NAWET 10 000 ZŁOTYCH

ZDRAP KA

SUPER express

TWÓJ KUPON

L9 ☐ ..... zł	F1 ☐ ..... zł	C2 ☐ ..... zł	R4 ☐ ..... zł
U4 ☐ ..... zł	A3 ☐ ..... zł	D9 ☐ ..... zł	M8 ☐ ..... zł
Y2 ☐ ..... zł	Z8 ☐ ..... zł	K1 ☐ ..... zł	H5 ☐ ..... zł

Pod każdym kodem nagroda! Jak grać?

1. Wybierz 1 z 12 kodów ze swojego kuponu
2. Zarejestruj wybrany kod wysyłając SMS pod 7311 (koszt: 3,69 zł). Przykład: wyślij: W5 pod 7311.
3. Otrzymasz wiadomość zwrotną z trafioną kwotą
4. Trafiona kwota wchodzi do losowania. Pod każdym kodem jest nagroda, a **pula w Multiloterii to aż 700 000 zł!**
5. Chcesz grać o więcej? Rejestruj kolejne kody!
6. Dla ułatwienia zakreśl wysłane kody [x] i wpisuj trafione kwoty. Przykład: B7 ☒ 3500 zł
7. Terminy losowań i dodatkowe zdrapki z nagrodami na www.zdrap.se.pl

Graj w gazecie i codziennie w internecie na: www.zdrap.se.

Organizator Multiloterii: Euroloterie Sp. z o.o. Regulamin dostępny na **zdrap.se.pl**. Kontakt: (71) 300 33 90.

TO JUŻ PEWNE! DAWNO NIEWIDZIANA AGNIESZKA WIĘDŁOCHA POWRÓCI NIEBAWEM NA SREBRNY EKRAN. AKTORKĘ ZOBACZYMY JUŻ JESIENIĄ W NOWYM SERIALU KOSTIUMOWYM „RECEPTURA"

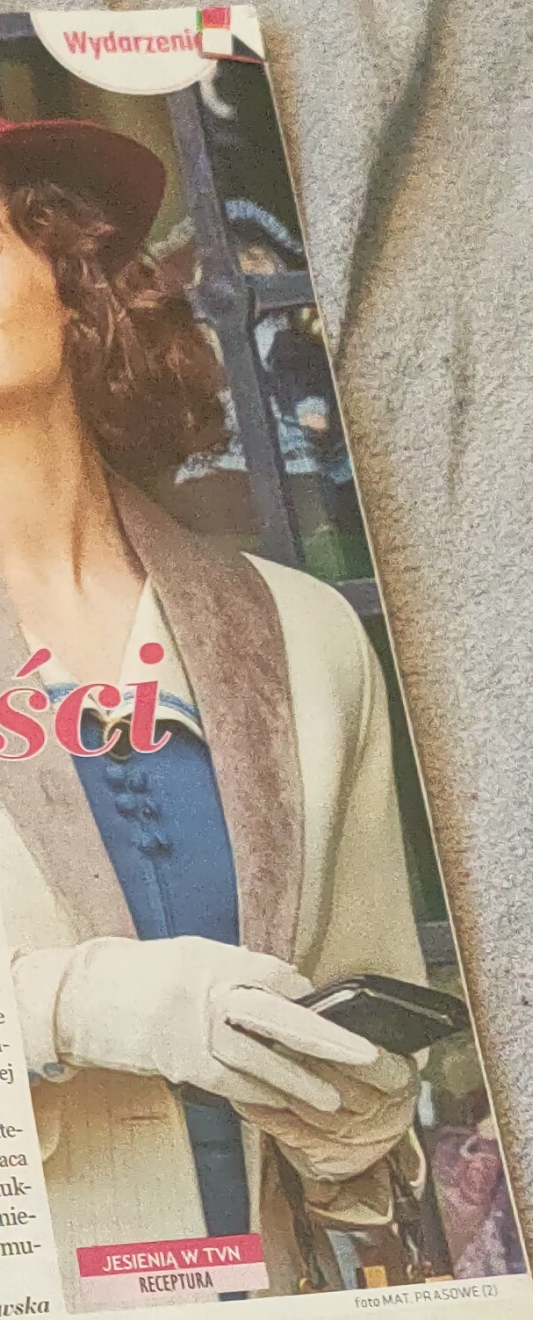
Podróż do przeszłości

Znów głośno zrobiło się niedawno o Agnieszce Więdłosze, znanej m.in. z takich hitów jak „Czas honoru" czy „Planeta Singli". Ostatnio piękna aktorka wycofała się na jakiś czas z show-biznesu, poświęcając obowiązkom świeżo upieczonej mamy. Niedawno zdecydowała się jednak powrócić na plan zdjęciowy. Już niebawem zobaczymy ją w nowym serialu „Receptura".

Akcja nowej produkcji będzie się toczyć równolegle w dwóch przedziałach czasowych – we współczesności oraz dwudziestoleciu międzywojennym. Oba zostaną ukazane z kobiecej perspektywy, a łączyć je będzie dziennik Marii Kielcz (w tej roli Agnieszka Więdłocha), samotnej matki i absolwentki architektury, która w 1936 r. przybyła do Warszawy, by zacząć nowe życie i rozpocząć pracę jako asystentka Jana Wedla (Jacek Koman). Szybko stanie się także jego powiernicą, poznając tajemnice najprężniej działającej w Europie fabryki czekolady. Po latach, gdy dziennik wpadnie w ręce jej prawnuczki Zosi, dziewczyna będzie miała szansę poznać fascynującą historię własnej rodziny z zupełnie innej strony.

W pozostałych rolach zobaczymy m.in. Mateusza Janickiego, a także Joannę Brodzik. Praca na planie nowej sześcioodcinkowej produkcji rozpoczęła się już w maju, na premierowe odcinki widzowie będą jednak musieli poczekać do jesieni.

Aleksandra Pawłowska



JESIENIĄ W TVN
RECEPTURA

foto MAT. PRASOWE (2)

TRANSMISJE MSZY ŚWIĘTYCH W TV

Msza święta z Jasnej Góry
poniedziałek–sobota 13.30 TV Trwam
niedziela 9.30 TV Trwam
niedziela 11.30 TVP 1

Transmisja mszy świętej z sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
poniedziałek–sobota 7.00 TVP 1

Transmisja mszy świętej z sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach
niedziela 7.00 TVP 1

Transmisja liturgii greckokatolickiej z archikatedry w Przemyślu
niedziela 8.00 TVP Historia

Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej
niedziela 9.00 Polsat News

Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem
niedziela 12.00 TV Trwam

Transmisja mszy świętej z kościoła pw. Najświętszego Serca Jezusowego w Radomiu
niedziela 13.00 TVP Polonia

foto okładka PAWEŁ SKRABA, MAT. PRASOWE

KALENDARZ KIBICA

EURO 2020

(11–17 CZERWCA)

Przed kibicami Starego Kontynentu miesiąc piłkarskich emocji. Do walki o mistrzostwo Europy w ramach Euro 2020 staną 24 drużyny, wśród nich reprezentacja Polski. Zwycięzców poznamy 11 lipca

PIĄTEK

Mecz grupy A:
TURCJA – WŁOCHY
20.20 TVP 1, 20.35 TVP Sport

SOBOTA

Mecz grupy A:
WALIA – SZWAJCARIA
14.35 TVP 1, 14.00 TVP SPORT
Mecz grupy B:
DANIA – FINLANDIA
17.50 TVP 2, TVP Sport
Mecz grupy B:
BELGIA – ROSJA
20.35 TVP 1

NIEDZIELA

Mecz grupy D:
ANGLIA – CHORWACJA
14.35 TVP 1, 14.00 TVP Sport
Mecz grupy C:
AUSTRIA – MACEDONIA PÓŁNOCNA
17.50 TVP 2
Mecz grupy C:
HOLANDIA – UKRAINA
20.00 TVP 1, TVP Sport

PONIEDZIAŁEK

Mecz grupy D:
SZKOCJA – CZECHY
14.30 TVP 1

Mecz grupy E:
POLSKA – SŁOWACJA
17.50 TVP 1, TVP Sport

Podczas pierwszego w ramach Euro 2020 meczu Biało-Czerwoni zmierzą się z naszymi południowymi sąsiadami. Starcie obu drużyn odbędzie się na stadionie w Sankt Petersburgu. Dla naszych rywali są to dopiero drugie mistrzostwa Europy, w których biorą udział. Słowacy plasują się także dopiero na 34. miejscu w rankingu FIFA, czyli o 15 miejsc niżej niż Polacy. Podopieczni Paula Sousy uchodzą więc za faworytów w tym spotkaniu, tym bardziej że na pozycji kapitana wystąpi Robert Lewandowski, który ma za sobą znakomity sezon zwieńczony pobiciem rekordu Gerda Müllera w liczbie bramek zdobytych w jednym sezonie Bundesligi.

Mecz grupy E:
HISZPANIA – SZWECJA
20.40 TVP 1

WTOREK

Mecz grupy F:
WĘGRY – PORTUGALIA
16.45 TVP Sport
Mecz grupy F:
FRANCJA – NIEMCY
20.35 TVP 1, 20.50 TVP Sport

ŚRODA

Mecz grupy B:
FINLANDIA – ROSJA
14.40 TVP 1, 14.00 TVP Sport
Mecz grupy A:
TURCJA – WALIA
17.50 TVP 2, TVP Sport
Mecz grupy A:
WŁOCHY – SZWAJCARIA
20.35 TVP 1, 20.50 TVP Sport

CZWARTEK

Mecz grupy C:
UKRAINA – MACEDONIA PÓŁNOCNA
14.40 TVP 1, 14.00 TVP Sport
Mecz grupy B:
DANIA – BELGIA
17.35 TVP 2, 17.25 TVP Sport
Mecz grupy C:
HOLANDIA – AUSTRIA
20.30 TVP 2, TVP Sport

foto ANDRZEJ IWAŃCZUK/REPORTER

PON.-CZW. 20.15 TVN
NA WSPÓLNEJ

ŚLUBU NIE BĘDZIE

Takiego obrotu spraw w „Na Wspólnej" nikt się nie spodziewał! Ślubne przygotowania Michała i Igi w ostatniej chwili przerwą szokujące doniesienia na temat zaginionej Kingi

Brzozowski (Robert Kudelski) wreszcie jest gotowy, by zacząć nowy etap życia u boku Igi (Lidia Sadowa). Dopiero dzięki niej udało mu się ponownie stanąć na nogi po tym, jak zaginęła jego żona Kinga (Ilona Wrońska). Ich szczęście spotęguje jeszcze wizyta rodziców Kingi, którzy dotąd wyrzucali zięciowi, że zbyt szybko stracił nadzieję na odnalezienie żony i uwierzył w jej śmierć. Krótko przed ślubem pojednają się oni z Michałem, dając do zrozumienia, że są gotowi zaakceptować jego nową wybrankę.

W urzędzie stanu cywilnego będzie im towarzyszyć duże grono bliskich, wspierających Brzozowskiego w walce o szczęście. Gdy obojje już będę mieli złożyć sobie przysięgę małżeńską, pojawi się nieoczekiwanie Robert. Ku zaskoczeniu wszystkich policjant oznajmi w ostatniej chwili, że ślub nie może się odbyć, ponieważ w Trójmieście odnaleziono kobietę, która może być Kingą. *AHP*

REKLAMA

ZNISZCZONE WŁOSY

Zawsze marzyłam o pięknych i gęstych włosach

Aneta (47) przez długi czas nie była zadowolona ze stanu swoich włosów. Dlatego często chodziła do fryzjera. Mimo to, jej włosy stawały się coraz cieńsze, łamliwe i zostawały na grzebieniu.

Przez wiele lat marzyłam o pięknych, gęstych włosach, tymczasem one stawały się coraz cieńsze. Szukałam pomocy u swojego fryzjera i próbowałam wszystkiego. A kiedy stały się łamliwe i zaczęły wypadać ogarnęła mnie panika.

HAIR VOLUME™ – TO DZIAŁA

Znajoma, pracująca w aptece poleciła mi **Hair Volume™**, szwedzki produkt w formie tabletek, którym zachwycają się inne kobiety. **Hair Volume™** zawiera wiele korzystnie działających składników. Warto go stosować przez co najmniej 3 miesiące.

WYPADAJĄCE WŁOSY TO DLA MNIE PRZESZŁOŚĆ

Pierwszą osobą, która pochwaliła moje włosy był mój mąż. Powiedział, że moje włosy wyglądają wspaniale. Poczułam się szczęśliwa. Teraz są lśniące, przestały wypadać i jest ich więcej. Poprawiła się również moja cera i paznokcie. Zamierzam nadal stosować tabletki, które zwiększają objętość moich włosów. – mówi uszczęśliwiona Aneta.

TABLETKI WZMACNIAJĄCE WŁOSY

Wypróbuj nagradzane i testowane klinicznie tabletki **Hair Volume™** i poczuj, że twoje włosy stają się coraz zdrowsze i piękniejsze. **Hair Volume™** odżywia mieszki włosów od wewnątrz. Poza dużą ilością składników odżywczych, zawiera w składzie również biotynę, pobudzającą wzrost włosów, oraz ekstrakt z jabłek bogatych w procyjanidyny B2. **Wystarczy tylko 1 tabletka dziennie!**

Zapytaj w aptece o Hair Volume skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach w opakowaniach:
30 i bardziej ekonomicznych – 90 tabletek, oraz w formie żelków o smaku jabłkowym.

Kod BLOZ – ułatwi zamówienie produktu w aptece.

Produkt zamówisz również na **www.newnordic.pl**

CLINICALLY PROVEN TABLET

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora

SUPLEMENT DIETY
30 tabletek: **BLOZ 4171451**
90 tabletek: **BLOZ 4171452**
Żelki: **BLOZ 3638561**

więcej na superseriale.se.pl

Wszystko dla piłki

Nowy miniserial „Gra na Maksa" nawiązuje do rozpoczynającego się Euro 2020. Jego bohaterami jest para, której życie na czas mistrzostw Europy zupełnie zdominowała piłka

W krótkich, niepozbawionych humoru scenach zostanie ukazana historia dwojga 30-latków, którzy właśnie rozpoczynają nowy etap w związku i postanawiają ze sobą zamieszkać. Moment ten zbiega się jednak w czasie z inauguracją Euro 2020. Maks (Marcin Korcz), jako wielki miłośnik futbolu, jest więc w niełatwej sytuacji, zależy mu bowiem na szczęściu Ali (Karolina Bacia), nie wyobraża sobie jednak, by ominęły go najważniejsze mecze mistrzostw. Poszukiwanie kompromisu nie będzie proste i doprowadzi do wielu zabawnych nieporozumień, a perypetiom pary z przymrużeniem oka będą się przyglądali komentator sportowy Jacek Laskowski oraz były piłkarz Sebastian Mila. *AHP*

PON.-NDZ. 20.10 TVP 1
GRA NA MAKSA

fot. MAT. PRASOWE (2)

NA TEN MOMENT FANI FUTBOLU CZEKALI AŻ PIĘĆ LAT. WRAZ Z ROZPOCZYNAJĄCYM SIĘ EURO 2020 CZEKA NAS WIELE EMOCJI I WZRUSZEŃ. W NIEZWYKŁĄ ATMOSFERĘ TOWARZYSZĄCĄ TEMU WYDARZENIU BĘDZIE NAS WPROWADZAĆ DZIENNIKARKA SPORTOWA SYLWIA DEKIERT. JAK OCENIA SZANSE BIAŁO-CZERWONYCH W NADCHODZĄCYCH MISTRZOSTWACH?

Przeczytaj cały wywiad na stronie se.pl

PT. 18.05 TVP SPORT
PT. 20.20 TVP 1
EURO 2020 – STUDIO

PT. 20.20 TVP 1
PT. 20.35 TVP SPORT
MECZ GRUPY A: TURCJA – WŁOCHY

TRZYMAMY *kciuki* ZA NASZYCH

– Tegoroczna edycja Euro wydaje się czymś więcej niż tylko świętem futbolu ze względu na wyjątkowo trudny rok – także dla świata sportu – który jest za nami. Dla wielu osób to także symboliczny moment, który zwiastuje powrót do normalności. Czy ma pani podobne odczucia?

– W piłce nożnej już wcześniej mieliśmy zwiastuny nadchodzącej normalności. Pod koniec maja Gdańsk był gospodarzem finału Ligi Europy. Miałam przyjemność prowadzić studio podczas tego meczu i nie uwierzyłabym, gdyby dwa lata temu ktoś mi powiedział, że obecność kibiców na trybunach będę traktować jak zjawisko. I tak było! 9,5 tys. kibiców robiło wrażenie, bo przez ostatnie półtora roku już zdążyliśmy niestety przyzwyczaić się do ciszy na stadionie. Ale mistrzostwa Europy to turniej niemal najwyższej rangi i pierwszy tak duży po pandemicznej przerwie. Przed nami święto sportu – dla piłkarzy i dla kibiców.

– Był czas, gdy wydarzenia sportowe w ogóle się nie odbywały, długo na trybunach brakowało też kibiców. Jak pani ten rok ocenia z perspektywy dziennikarza sportowego?

– Dla mojej redakcji TVP SPORT i dla mnie był to trudny czas. Antenę trzeba było zapełnić. Za wszelką cenę chcieliśmy u... emitowania materiałów archiwalny... jak dostarczać widzom nowych progra... świeżych wywiadów, skoro nie mamy d... pu do sportowców, bo nie możemy d... pojechać, spotkać się, porozmawiać... prowadzić wywiad? Z burzy mózgów r... dził się program #gramy dalej. W ruch... szły telefony i prywatne kamery. Wszy... ręce na pokład! Miałam ułatwione zad... ponieważ mój narzeczony z wykształc... jest operatorem filmowym, w dodatku... trafi montować materiały. W pokoju s... szego syna zbudował mi studio. Jak na... mowe warunki – profesjonalne. Sła... wykorzystał swoją kamerę, drugą „ko... rą" był telefon, mikrofon stał na ryżu... pieru. Przez dwa miesiące nagraliśmy... nad 20 wywiadów, zrobiliśmy kilkana... programów. Przeprowadzałam wy... dy z najlepszymi polskimi sportowc... od Roberta Lewandowskiego, Agnies... Radwańską, Marcina Gortata po Jo... Jędrzejczyk i Bartosza Bereszyńskiego. C... redakcja ciężko pracowała. Czego nau... ła nas pandemia? Większej kreatywno... To przede wszystkim. W czasach pande... dotyczyło to chyba każdej branży, nie ... ko dziennikarskiej.

– Jak pani ocenia szanse Polaków w tym ... i ich formę przed Euro? Której drużynie wr... pani zwycięstwo?

– Myślę, że Puchar Henriego Delaun... trafi w ręce Belgów lub Francuzów. A n... Piłkarze bezpiecznie zakładają plan m... mum: wyjście z grupy. I myślę, że to ... dobre podejście. Najważniejsze, to wygr... pierwszy mecz ze Słowacją, dobre wejś... w turniej jest kluczowe.

– Nie ma takiego drugiego wydarzenia spo... towego, które emocjonowałoby kibiców St... rego Kontynentu tak jak Euro. Co, pani zd... niem, sprawia, że to właśnie futbol stał s... w naszej części świata sportem, który wzb... dza tak wielkie emocje, ale i tak wyraźnie ... wszystkich jednoczy?

– Jeśli mogę – odpowiem, dlaczego piłk... nożna jest tak bardzo popularna w Polsce... Po pierwsze: to nasz sport narodowy z pięk... nymi tradycjami. Po drugie: piłka nożn... jednoczy. Tę biało-czerwoną moc moż... my porównać tylko z atmosferą towarz... szącą skokom narciarskim i siatkówce. P... trzecie: nieprzewidywalność i emocje. Pił... ka nożna jest najpopularniejszym spor... tem i będzie jeszcze bardziej popularn... bo które dziecko czy nastolatek nie chci... by być drugim Robertem Lewandowskim... Trzymamy kciuki, ale będzie ciężko. Boo... jest wyjątkowy.

Rozmawiała Aleksandra Pawłowska

fota Mate...

OD KILKU LAT
LATEM POLSK
NIEZNOŚNY
CIĘŻKO WYT
W DOMU
NIE PRZ
WYTCHNIE
JEST NA TO
KLIMAT

Klimatyzacja
To urządze
odpowied
li optymalny d
i samopoczuci
cja to także ide
alergików i osó
blemy płucne
powietrze, d
oczyszczone
binek – aler
Zbawienne
się również
wietrza. Nie
stanowią n
poprawę j
ważne w p
alergików

REKLAMA

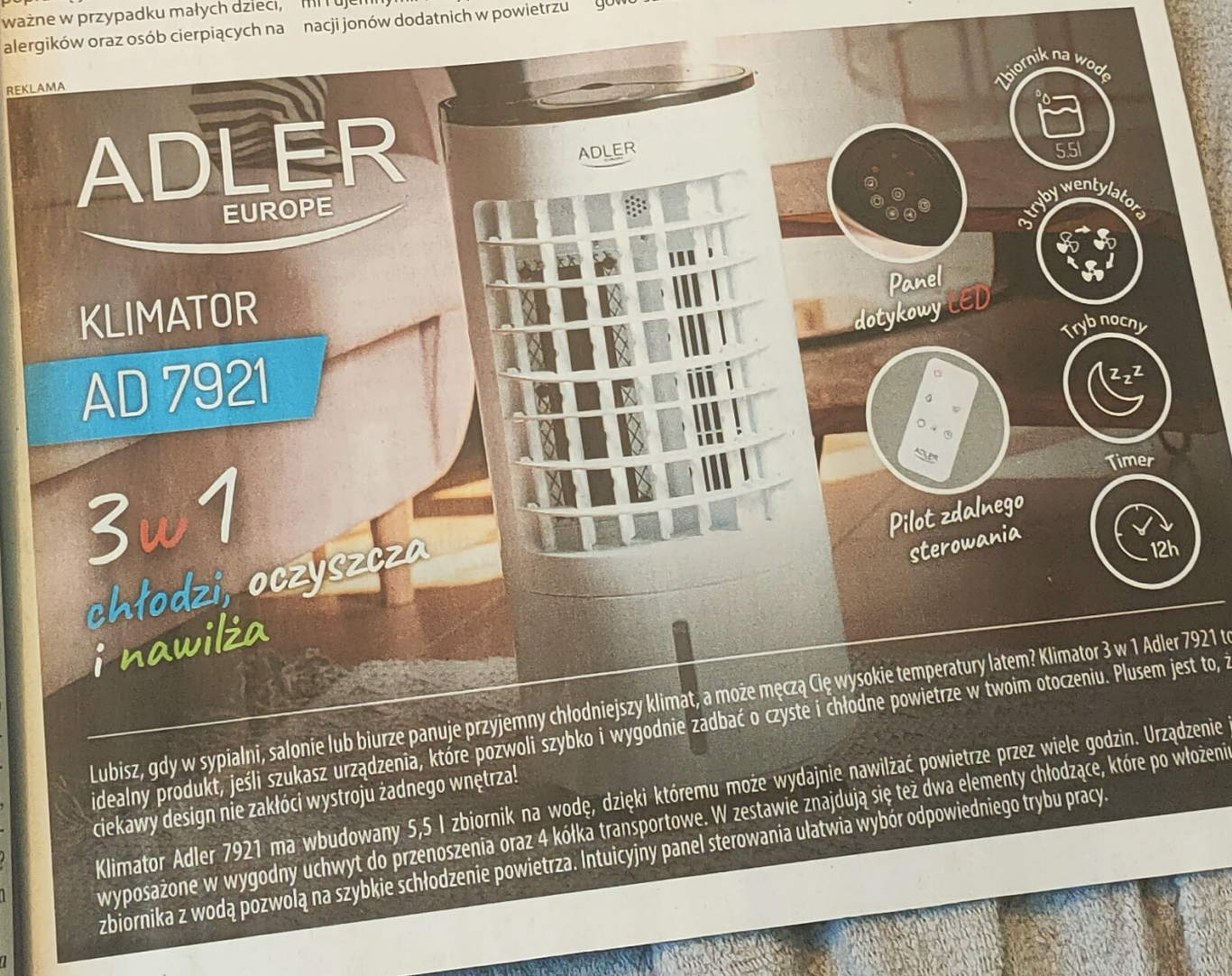
Przyniesie ulgę w upał

OD KILKU LAT CO ROKU LATEM POLSKĘ ZALEWA NIEZNOŚNY SKWAR. CIĘŻKO WYTRZYMAĆ W DOMU, NOC NIE PRZYNOSI WYTCHNIENIA. CZY JEST NA TO RADA? TAK, KLIMATYZACJA

Klimatyzacja to nie tylko chłód. To urządzenie zapewnia także odpowiednią wilgotność, czyli optymalny dla naszego zdrowia i samopoczucia klimat. Klimatyzacja to także idealne rozwiązanie dla alergików i osób cierpiących na problemy płucne. Klimatyzator filtruje powietrze, dzięki czemu jest ono oczyszczone ze szkodliwych drobinek – alergenów, pyłów i kurzu. Zbawienne znaczenie przypisuje się również systemom jonizacji powietrza. Niestety nie są tanie, za to stanowią niezły sposób na znaczną poprawę jakości powietrza, co jest ważne w przypadku małych dzieci, alergików oraz osób cierpiących na astmę. Jonizator usuwa z powietrza w pomieszczeniu zanieczyszczenia (bakterie, wirusy, roztocza, alergeny, pyły) oraz utrzymuje równowagę pomiędzy jonami dodatnimi i ujemnymi. W wypadku dominacji jonów dodatnich w powietrzu namnażają się drobnoustroje chorobotwórcze, nasze samopoczucie, koncentracja i sen pogarszają się, a my stajemy się bardziej zmęczeni. Klimatyzatory bywają bardzo różne – montowane na ścianach, przypodłogowo-sufitowe, okienne czy przenośne. Głównymi zaletami tego ostatniego rodzaju klimatyzatorów jest brak potrzeby specjalistycznego montażu oraz łatwe przesuwanie urządzenia np. z pokoju do pokoju. Są jednak mniej wydajne i głośniejsze od tych montowanych na stałe.

foto SHUTTERSTOCK

REKLAMA



Lubisz, gdy w sypialni, salonie lub biurze panuje przyjemny chłodniejszy klimat, a może męczą Cię wysokie temperatury latem? Klimator 3 w 1 Adler 7921 to idealny produkt, jeśli szukasz urządzenia, które pozwoli szybko i wygodnie zadbać o czyste i chłodne powietrze w twoim otoczeniu. Plusem jest to, że ciekawy design nie zakłóci wystroju żadnego wnętrza!

Klimator Adler 7921 ma wbudowany 5,5 l zbiornik na wodę, dzięki któremu może wydajnie nawilżać powietrze przez wiele godzin. Urządzenie jest wyposażone w wygodny uchwyt do przenoszenia oraz 4 kółka transportowe. W zestawie znajdują się też dwa elementy chłodzące, które po włożeniu do zbiornika z wodą pozwolą na szybkie schłodzenie powietrza. Intuicyjny panel sterowania ułatwia wybór odpowiedniego trybu pracy.

780208_WA

Hity filmowe

GDY ZABIJA weselne dzwo

Aleksandra Pawlow

ŚLUB NIE ZAWSZE JEST TYLKO PIĘKNYM HAPPY EN
MIŁOSNYCH HISTORII. CZASEM TO DOPIERO POCZ
– ŻYCIOWYCH REWOLUCJI, SERCOWYCH ROZTER
A NIEKIEDY POWAŻNYCH KŁOPOTÓW...

SOBOTA 20.00 TVN

SPOSÓB NA TEŚCIOWĄ

W życiu pięknej Charlie (Jennifer Lopez) przez długi czas nie było miejsca na poważny związek, a tym bardziej ślubne plany.

Zmienia się to dopiero, gdy poznaje czarującego lekarza Kevina (Michael Vartan). Gdy para decyduje się zaręczyć, wydaje się, że nic nie może stanąć im na drodze do szczęścia. Kłopoty zaczną się jednak piętrzyć, gdy przyszła panna młoda pozna matkę ukochanego, charakterną Violę (Jane Fonda), której kariera telewizyjna przechodzi kryzys. Trudny czas odreagowuje na Charlie, starając się wszelkimi sposobami doprowadzić dziewczynę do odwołania zbliżającego się ślubu. Jej przyszła synowa nie zamierza się jednak poddać, nawet za cenę otwartej wojny z Violą.

NDZ. 15.55 TV PULS

ŚLUBNE WOJNY

EMMA ALLAN (ANNE HATHAWAY) I LIV LERNER (KATE HUDSON) PRZYJAŹNIĄ SIĘ OD DZIECKA

Obie od dawna marzą też o bajkowym ślubie, który już jako młode dziewczyny szczegółowo zaplanowały. Gdy wspólnie złapią bukiet na weselu koleżanki, a ich partnerzy Nate (Bryan Greenberg) i Fletcher (Chris Pratt) zdecydują się im oświadczyć, podekscytowane kobiety zaczynają wdrażać w życie swoje przygotowane w najdrobniejszych szczegółach ślubne plany. Zrządzeniem losu obie zarezerwowały salę weselną w tym samym hotelu na ten sam dzień. Jedna z nich będzie więc musiała zrezygnować, żadna jednak nie zamierza ustąpić. Jedna próbuje więc z coraz większą determinacją pokrzyżować plany drugiej, aż w końcu ich przyjaźń się kończy i stają się zajadłymi wrogami.

I TAK, I

Zajmująca się na organizacją ślub Lauren (Denise prywatnie prze ważny małżeńsk

Będąc w separacji z dem (David Lipper), że znajdzie jeszcze ilość i dostanie szans wy związek. Gdy pod z organizowanych prz jęć dojdzie do pechowe pana młodego, na pom dzie ekipa ratunkowa, bieta wypatrzy przys ka (Dean Cain). Choć wyraźnie zaiskrzy, wkr odkryje, że mężczyzna czonym jej nowej klien starań, by zachować fesjonalizm, organizato z każdym dniem coraz dzie się w nim jednak za

PIĄTEK 14.30 STOPKLA

POLOWANIE NA DRUHNY

PIĄTEK 21.35 TVN 7
CZWARTEK 22.05 TVN 7

Johna Beckwitha (Owen Wilson) i Jeremy'ego Greya (Vince Vaughn) łączy nie tylko przyjaźń, lecz także nietypowe hobby.

Panowie regularnie wpraszają się na przyjęcia weselne obcych sobie ludzi, podając się za przyjaciół rodziny, by świetnie się bawić na imprezie i uwodzić piękne kobiety szukające miłości. Przystojni, błyskotliwi i czarujący potrafią zawsze zrobić na gościach świetne wrażenie, a nieświadome niczego kobiety wierzą we wszystkie kłamstwa. Sprawy zaczynają się komplikować, gdy obaj trafią sele córki rządowego dygnitarza ma Cleary'ego (Christopher Zamiast uwieść i porzucić pie ire (Rachel McAdams), John zakochuje. Przekonuje więc la, by skorzystali z zaproszeń dziców i spędzili z rodziną ny weekend w ich posiadło za dodatkowe dni u jej bok jednak stać zdemaskowanie

Retro

PRZYGODY SZLACHETNEGO ZBÓJNIKA W LATACH 70. ŚLEDZIŁA CAŁA POLSKA. NIEWIELU WIE, ŻE JANOSIK ŻYŁ NAPRAWDĘ, DLA WIELU DO DZIŚ POZOSTAJĄC BOHATEREM

ŚLADAMI JANOSIKA

Serial w reżyserii Jerzego Passendorfera mimo upływu lat wciąż ogląda się z przyjemnością, choć większość widzów w przygodach tytułowego Janosika i jego towarzyszy widzi jedynie telewizyjną fikcję. Okazuje się jednak, że produkcja jest bliższa prawdziwemu życiu, niż mogłoby się zdawać. Pierwowzorem głównego bohatera stał się Juraj Jánošík, karpacki zbójnik, którego do dziś Słowacy uważają za swojego bohatera narodowego.

Twórcy „Janosika" nie pomylili się, dostrzegając w historii XVIII-wiecznego wyjętego spod prawa górala potencjał na telewizyjny hit. Przygody szlachetnego rozbójnika, który łupi bogatych, by pomagać biednym niczym polski Robin Hood od chwili premiery serialu w 1973 r. przyciągały miliony widzów, robiąc na nich ogromne wrażenie. Malownicze plenery, w których rozgrywa się akcja serialu, do dziś przyciągają liczne wycieczki, które przemierzają Podhale śladami ulubionego bohatera. Zdjęcia powstawały m.in. na terenie rezerwatu przyrody Przełom Białki pod Krempachami niedaleko Nowej Białki, w Dolinie Chochołowskiej, a także na zamku w Pieskowej Skale pod Ojcowem czy w zamku Ogrodzieniec.

Zaskakuje jednak to, iż serial – choć stał się niekwestionowanym hitem lat 70. – jego gwiazdom nie przyniósł zbyt wiele szczęścia. Zaczęto nawet mówić o „klątwie Janosika". Grający w nim główną rolę Marek Perepeczko stał się gwiazdą z dnia na dzień, a zarazem obiektem westchnień wielu Polek. Podobną popularność zyskała też serialowa Maryna, czyli Ewa Lemańska. Oboje, choć nie brakowało im aktorskiego talentu, role w kultowym serialu zaszufladkowały na wiele lat. Dla Lemańskiej stało się to nawet powodem do całkowitej rezygnacji z aktorstwa i wyjazdu do Stanów Zjednoczonych. *AHP*

SOB. 8.40 TVP HISTORIA
NDZ. 9.25 TVP HISTORIA
JANOSIK

foto MAT. PRASOWE

REKLAMA

Każdego dnia zażyj dawkę piękna ukrytą w preparacie z kwasem hialuronowym i zadbaj o swoją skórę od wewnątrz. Nowy suplement diety **Skin Care™ Hialuron Shot** zawiera kwas hialuronowy, wyciąg z rokitnika zwyczajnego i aksamitki. Kwas hialuronowy nawilża Twoją skórę, nadając jej piękny wygląd i blask.

NOWY PREPARAT KTÓRY ZAPEWNI PIĘKNĄ SKÓRĘ

Kwas hialuronowy to naturalny składnik skóry, pobudzający produkcję włókien kolagenowych. Wraz z wiekiem ubywa go, a skóra traci jędrność i sprężystość. Skin Care™ Hialuron Shot, dostarcza skórze kwas hialuronowy od wewnątrz i przenika bezpośrednio do żywych warstw komórek. Skin Care™ Hialuron Shot może być stosowany jako samodzielny produkt lub dodatek do Skin Care™ Wypełniacz Kolagenowy w tabletkach.

KWIATY AKSAMITKI – OCHRONA KWASU HIALURONOWEGO
Od wielu lat ekstrakt z kwiatów aksamitki jest wykorzystywany w kosmetologii. Stosowany wewnętrznie, ma cudowną zdolność zapobiegania rozpadowi kwasu hialuronowego, którego codziennie ubywa w organizmie.

ROKITNIK ZWYCZAJNY – RZADKI KWAS OMEGA 7
Owoce rokitnika mają wiele cennych właściwości, są bogate w nienasycone kwasy tłuszczowe i substancje bioaktywne, w tym rzadko występujący w innych roślinach kwas omega 7, który od dawna znajduje zastosowanie w kosmetologii. Najnowsze badania potwierdzają, że naturalne substancje zawarte w owocach rokitnika poprawiają sprężystość skóry i stymulują jej komórki do regeneracji.

MAŁA DAWKA, WIELKI EFEKT!

"Nie pamiętam kiedy ostatnio odważyłam się wyjść bez makijażu – teraz robię to codziennie."

To niezwykłe! Matylda zauważyła różnicę w wyglądzie swojej skóry już po pierwszej dawce kwasu hialuronowego, chociaż od dłuższego czasu zmagała się z problemami skóry. "Próbowałam wielu produktów, żeby coś z tym zrobić. W końcu udało mi się zwalczyć trądzik, ale zostały po nim blizny. Nie mogłam się ich pozbyć, dopóki nie spróbowałam preparatu **Skin Care™ Hialuron Shot**. Moja skóra wyglądała inaczej już po pierwszym dniu stosowania. Blizny przestały być czerwone i tak widoczne. Każdego dnia widzę poprawę i jestem zachwycona tym preparatem."

ZAPYTAJ W APTECE O SKANDYNAWSKI SUPLEMENT SKIN CARE™ HIALURON SHOT

Dostępny w aptekach i na **www.newnordic.pl** w opakowaniach zawierających **10 shotów**.

W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę. **Kod BLOZ 3639861– ułatwi zamówienie w aptece.**

SUPLEMENT DIETY

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
koszt połączenia zgodny z taryfą operatora.

780913_WA

REKLAMA

Ratuj zdrowie w Węgrowie

ACTIVE REVITAL

WCZASY Z DIETĄ

warzywno-owocową w autoryzowanym ośrodku dr Ewy Dąbrowskiej

Brak Ci sił witalnych?
Męczy Cię wielkomiejski styl życia w trybie fast?
Pojawiają się nowe dolegliwości, a apteczka puchnie od mało skutecznych leków?

Przyjedź do nas, a oczyścisz swój organizm ze złogów i toksyn, przy okazji tracąc zbędne kilogramy. Nauczysz się zdrowych nawyków żywieniowych i podstaw zdrowego stylu życia, by zacząć od nowa... Zapraszamy szczególnie osoby zmagające się z chorobami cywilizacyjnymi – nadwagą, nadciśnieniem tętniczym, zespołem metabolicznym, cukrzycą, miażdżycą.

OFERUJEMY:

- komfortowy ośrodek z centrum spa
- konsultacje lekarskie
- dietę warzywno-owocową lub sokową według zasad dr Ewy Dąbrowskiej
- zabiegi oczyszczające jelito grube metodą hydrokolonoterapii
- wykłady lekarzy i dietetyków
- codzienne zajęcia fitness z trenerem
- atrakcje wieczorne

Turnusy 7- i 14-dniowe Już od 990 zł

Przyjedź i uodpornij się na wszelkie wirusy

Active-Revital, ul. Gdańska 80, 07-100 Węgrów
tel. 25 792 27 27, tel. kom. 692 382 826
recepcja@active-revital.pl, www.active-revital.pl
turnus 7-dniowy obejmuje 6 noclegów, turnus 14-dniowy obejmuje 13 noclegów

781000_WA

Dokument

PRZEZ PONAD 70 LAT UDOWADNIALI, ŻE ICH MAŁŻEŃSTWO POTRAFI PRZETR... NAJWIĘKSZE ŻYCIOWE ZAWIROWA... HISTORIĘ ICH NIEZWYKŁEGO UCZUCIA UKAŻE... DOKUMENT „KRÓLOWA ELŻBIETA I KSIĄŻĘ FILIP... MIŁOŚĆ I OBOWIĄZKI"

RAZEM DO KOŃC

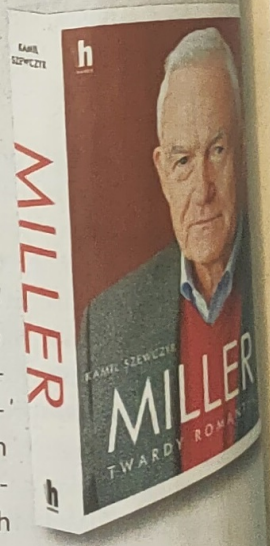
Tworzyli jedno z najpotężniejszych małżeństw na świecie. Królowa Elżbieta i jej mąż książę Edynburga Filip na przestrzeni kolejnych dekad dawali Brytyjczykom poczucie stabilności i stanowili dowód siły monarchii. Choć w historii najsłynniejszej rodziny królewskiej nie brakowało kryzysowych momentów, oboje pomagali przetrwać członkom dynastii Windsorów wszystkie trudne chwile. Twórcy dokumentu „K... lowa Elżbieta i Książę Filip: ... i obowiązki" przybliżą widzom ... ich małżeństwa, pełną miłości ... cję, pokazując zarazem, jak wie... rolę odegrała ona w historii br... skiego narodu.

SOBOTA 12.40 TVP 1
KRÓLOWA ELZBIETA I KSIĄŻĘ FILIP: MIŁOŚĆ I OBOWIĄZKI

foto EAST...

Polityka od kuchni

Premiera książki Kamila Szewczyka „Miller. Twardy romantyk" ukazuje historię jednego z najbardziej znanych i popularnych polskich polityków po 1989 r. w nowym świetle. Biografia byłego premiera Leszka Millera to opowieść o chłopaku z żyrardowskiego podwórka, który wychował się w nędzy, zawzięcie jednak walczył o lepszą przyszłość, dochodząc z czasem do najwyższych stanowisk w państwie. W książce nie zabraknie jego własnych wspomnień, także tych dotyczących najtrudniejszych momentów w życiu, oraz głosów czołowych osobistości ze świata polityki, którzy mieli okazję współpracować z nim na różnych etapach, w tym trzech byłych prezydentów.



Książkę możesz zamówić telefonicznie (22) 590 55 55 lub na wiemiwybieram.pl

Zdrowie zaczyna się OD STÓP

NASZE STOPY WIELE DŹWIGAJĄ KAŻDEGO DNIA. TO WŁAŚNIE ONE POZWALAJĄ UTRZYMAĆ CIAŁO W RÓWNOWADZE I AMORTYZUJĄ WSTRZĄSY. TO, JAK DBAMY O STOPY, PRZEKŁADA SIĘ NA STAN KRĘGOSŁUPA, BIODER I KOLAN

Nasz styl życia i zaniedbania tej partii ciała mogą prowadzić do rozwoju różnych, często bolesnych dolegliwości, m.in. zniekształceń palców, haluksów czy płaskostopia.

Przyczyny problemów

Najgorszym wrogiem naszych stóp są nieodpowiednie buty – ściskające palce, sztywne, na wysokim obcasie. Obcas powoduje przesunięcie środka ciężkości do przodu, co uniemożliwia prawidłową pracę mięśni. W taki sposób mocno obciążamy stopy i narażamy je na rozwój modzeli, zrogowaceń skóry i deformacji m.in. haluksów, w przypadku których zmiana ustawienia palucha zaburza postawę i przeciąża wyższe partie – kolana i kręgosłup.

Zadbaj o stopy

Jeśli odpowiednio wcześnie wykryjemy przyczynę dolegliwości – możemy ją skutecznie leczyć lub zapobiegać jej rozwojowi. Odciążeniem dla naszych stóp będą wkładki medyczne lub ortopedyczne do butów, które łagodzą dolegliwości osób z płaskostopiem, palcami młotkowymi i podwiniętymi, zrogowaceniami czy haluksami. Na rynku znajdziemy wkładki skórzane i żelowe. Są także specjalne antybakteryjne wkładki dla diabetyków, które poprawią ukrwienie stóp. W przypadku haluksów w początkowym stadium możliwa jest korekcja kości za pomocą specjalnych osłon na palce, klinów czy separatorów międzypalcowych. Zadbaj o zdrowie stóp już dziś.

foto SHUTTERSTOCK

REKLAMA

Vaya medical

ZDROWE STOPY
wygodne życie

Od lat specjalizujemy się w pomocy przy problemach stóp, oferując produkty ortopedyczne najwyższej jakości, które pomagają rozwiązywać problemy z haluksami.

Posiadamy także w naszej ofercie wiele produktów na inne schorzenia, takie jak: palce młotkowate i podwinięte, zrogowacenia na stopach, płaskostopie czy ostroga piętowa.

Dla Czytelników „Super Expressu”
rabat 20% na zakupy przez internet
www.vaya.com.pl
Kod rabatowy: **VAYA062021**
(do wykorzystania do **14.07.2021**)

-20%
12,95 zł 10,36 zł

-20%
24,50 zł 19,60 zł

-20%
19,00 zł 15,20 zł

-20%
12,80 zł 10,24 zł

-20%
24,20 zł 19,36 zł

-20%
55,00 zł 44,00 zł

Tel. 22-727 14 23
Tel. 791 074 119
www.vaya.com.pl
780920_WA

Sezon na BÓB

JEST NIE TYLKO SMACZNY, ALE JAK WIĘKSZOŚĆ ROŚLIN STRĄCZKOWYCH ZAWIERA WIELE CENNYCH DLA ZDROWIA SKŁADNIKÓW, JAK ŁATWO PRZYSWAJALNE BIAŁKA, WĘGLOWODANY, BŁONNIK. MA TEŻ SPORO WITAMIN, A DO TEGO JEST NISKOKALORYCZNY I ZAWIERA MAŁO TŁUSZCZU

Więcej przepisów znajdziesz na Beszamel.pl

SAŁATKA Z CHRUPIĄCYM BOCZKIEM

Smaczna i pożywna sałatka z bobem to świetny pomysł na przekąskę lub danie obiadowe

1 szklanka ugotowanego bobu ○ 4 jajka ○ 3 ziemniaki ○ kilka plastrów wędzonego boczku ○ 3 łyżki majonezu ○ 2 łyżki jogurtu naturalnego ○ 1 łyżka musztardy ○ pęczek szczypiorku ○ sól, pieprz

Jajka ugotować na twardo, obrać i pokroić w kostkę. Ugotowany bób obrać z łupinek. Ziemniaki ugotować w mundurkach do miękkości, wystudzić, obrać i pokroić w kostkę. Plastry boczku upiec na chrupko w piekarniku. Przygotować sos: wymieszać majonez z jogurtem, dodać musztardę, doprawić solą i pieprzem. Do miski włożyć jajka, ziemniaki i bób, dodać sos i całość wymieszać. Sałatkę posypać posiekanym szczypiorkiem i pokruszonym chrupiącym boczkiem.

Trudność: ★★

KOPYTKA Z BOBU

Kopytka z bobu z serem ricotta i bazylią to szybkie i łatwe w przygotowaniu danie na obiad lub ciepłą kolację

35 dag ugotowanego bobu ○ 10–15 dag mąki pszennej ○ 1 jajko ○ 1 opak. sera ricotta ○ bazylia ○ sól, pieprz

Bób gotować w osolonej wodzie przez ok. 40 minut do miękkości. Po wystudzeniu obrać i zmielić. Dodać jajko i doprawić. Dodać mąkę i wyrobić ciasto jak na kopytka. Z ciasta uformować wałeczki i pokroić po skosie. Gotować w osolonej wodzie aż do wypłynięcia na powierzchnię. Podawać z roztopionym masłem i serem ricottą wymieszanym z pieprzem i bazylią.

Trudność: ★★

★ Każdemu się uda
★★ Wymaga więcej pracy
★★★ Trzeba się postarać

foto SHUTTERSTOCK 4)

ZUP
BOBO

○ 1,5 l bulionu
○ 1/2 kg młodego
gałązek kopru
○ 1 marchewka
○ 1/4 średniego
○ 2–4 łyżki masła
gotowanej zacierki
łyżka posiekanej

Bób ugotować z gałą
pru w małej ilości wo
cedzić, przelać zimn
i obrać. Warzywa kon
zetrzeć na grubej tar
lę drobno posiekać.
grzać na patelni, dod
i warzywa starte na
wszystko razem. Bul
wać, dodać uduszone
obrany bób i ponown
wadzić do wrzenia.
cierkę, gotować kilka
wolnym ogniu, aż za
ugotuje. Przed poda
pać natką pietruszki,
z kromką świeżego

Trudno

REKLAMA

Drobne urazy w czasie wakacji

foto SHUTTERSTOCK

NA ZEWNĄTRZ ROBI SIĘ CORAZ CIEPLEJ, POGODA SPRZYJA WAKACYJNYM PODRÓŻOM. NIEZALEŻNIE OD TEGO, CZY PLANUJESZ WYJAZD W GÓRY, NAD MORZE, CZY TEŻ ZAMIERZASZ SPĘDZIĆ TROCHĘ CZASU NA DZIAŁCE, WARTO BYĆ PRZYGOTOWANYM NA DROBNE URAZY

Nawet w przydomowym ogródku lub podczas spaceru po lesie może dojść do zranienia, otarcia lub oparzenia słonecznego. To może być zaledwie draśnięcie, ale też głębsza rana, którą należy odpowiednio opatrzyć.

Jak się goi rana

Gojenie się rany przebiega w trzech etapach. Na pierwszym rana jest oczyszczana przez komórki układu odpornościowego z drobnoustrojów chorobotwórczych. Organizm zabezpiecza się przed odwodnieniem i wnikaniem patogenów, tworząc skrzep. Drugi etap, czyli ziarnowanie rany, to tworzenie się tkanki łącznej, której komórki produkują kolagen niezbędny do odbudowy naskórka. Gojącej się skórze są dostarczane substancje odżywcze, a zanieczyszczenia – usuwane. Trzeci etap to zabliźnianie się rany i powstanie nowego naskórka.

Pierwsza pomoc

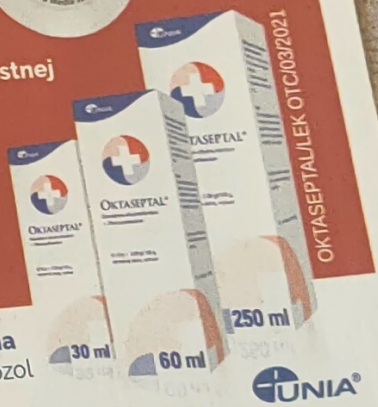
Z wiekiem nasza skóra staje się coraz mniej elastyczna, a przez to bardziej podatna na zranienia. Wybierając się w podróż, bliską czy daleką, warto mieć przy sobie plastry, jałowe opatrunki, bandaż i preparat do dezynfekcji ran. Środek odkażający niszczy bakterie, wirusy i grzyby, które wskutek skaleczenia mogły znaleźć się w ranie. Należy go zastosować na umytą i osuszoną skórę. Ranę po dezynfekcji należy zabezpieczyć plastrem lub opatrunkiem. W przypadku głębokich i trudno gojących się ran warto odwiedzić lekarza.

REKLAMA

OKTASEPTAL®
Octenidinum dihydrochloridum + Phenoxyethanolum

Do rany przyłóż!

- **odkażanie i wspomagające leczenie** małych, powierzchownych ran
- **dezynfekcja skóry** przed zabiegami niechirurgicznymi
- **antyseptyka szwów pozabiegowych**
- **leczenie antyseptyczne** w obrębie błon śluzowych i sąsiadujących tkanek przed i po procedurach diagnostycznych w obrębie narządów płciowych i odbytu
- **pielęgnacja kikuta pępowinowego**
- **dezynfekcja jamy ustnej**
- **wspomagająco w grzybicy międzypalcowej**
- **w infekcjach intymnych**



✚ **nie szczypie, nie boli** ✚ **bezpieczny** już od pierwszego dnia życia ✚ **wygodna forma podania** – aerozol

UNIA®

POLSKI PRODUKT

OKTASEPTAL®, (0,10 g + 2,00 g)/100 g, aerozol na skórę, roztwór (*Octenidinum dihydrochloridum + Phenoxyethanolum*).

Wskazania do stosowania: Oktaseptal jest wskazany do: odkażania i wspomagającego leczenia małych, powierzchownych ran oraz dezynfekcji skóry przed zabiegami niechirurgicznymi; wspomagającego postępowania antyseptycznego w obrębie zamkniętych powłok skórnych po zabiegach np. szwów pozabiegowych; wielokrotnego, krótkotrwałego leczenia antyseptycznego w obrębie błon śluzowych i sąsiadujących tkanek przed i po procedurach diagnostycznych w obrębie narządów płciowych i odbytu, w tym pochwy, sromu i zołędzi prącia, a także przed cewnikowaniem pęcherza moczowego; w pediatrii (m.in. do pielęgnacji kikuta pępowinowego); do dezynfekcji jamy ustnej (np. afty, podrażnienia spowodowane noszeniem aparatu ortodontycznego lub protezy dentystycznej); ograniczonego czasowo, wspomagającego leczenia antyseptycznego grzybicy międzypalcowej, w obrębie narządów rodnych np. w stanach zapalnych pochwy, a także w obrębie żołędzi prącia mężczyzny. Oktaseptal jest przeznaczony do stosowania u dorosłych i dzieci w każdym wieku.

Przeciwwskazania: Nadwrażliwość na oktenidyny dichlorowodorek, fenoksyetanol lub na którąkolwiek substancję pomocniczą. Produktu leczniczego Oktaseptal nie należy stosować do płukania jamy brzusznej. Oktenidyny dichlorowodorek jest bardziej toksyczny przy stosowaniu dożylnym niż doustnym, dlatego należy unikać przedostawania się produktu leczniczego w większych ilościach do krwiobiegu, np. na skutek pomyłkowej iniekcji. Z uwagi na to, że oktenidyny dichlorowodorek w produkcie leczniczym Oktaseptal występuje tylko w ilości 0,1%, zagrożenie tą substancją jest mało prawdopodobne.

Podmiot odpowiedzialny posiadający pozwolenie na dopuszczenie do obrotu: Zakłady Farmaceutyczne „UNIA" Spółdzielnia Pracy, ul. Chłodna 56/60, 00-872 Warszawa

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

779648_WA

NIEDOSŁUCH CZĘSTO DOTYCZY OSÓB POWYŻEJ 50 R.Ż. I JEST EFEKTEM ZMIAN ZWYRODNIENIOWYCH W UCHU WEWNĘTRZNYM. WÓWCZAS NIEKTÓRE DŹWIĘKI DO NAS NIE DOCIERAJĄ, INNE ZLEWAJĄ SIĘ ZE SOBĄ, POWODUJĄC DYSKOMFORT I NIEPEWNOŚĆ

Nowoczesne APARATY SŁUCHOWE

Gdy tylko zaobserwujemy u siebie pogorszenie słyszenia, warto natychmiast udać się do audiologa i protetyka słuchu. Specjaliści ustalą przyczynę niedosłuchu i w razie potrzeby pomogą dopasować odpowiedni aparat słuchowy.

Rodzaje aparatów

Dostępne na rynku aparaty słuchowe są coraz bardziej nowoczesne i wygodne w użytkowaniu. Zasadniczymi funkcjami aparatu słuchowego są: korekcja niedosłuchu, zapewnienie komfortu oraz poprawa zrozumiałości mowy. Producenci aparatów słuchowych oferują modele zauszne, wewnątrzuszne oraz ze słuchawką w uchu. Jeśli zależy nam na dyskrecji, warto wybrać model całkowicie schowany w kanale słuchowym.

Najnowsze technologie

Najnowocześniejsze aparaty [illegible] na przetwarzaniu hybrydowym [illegible] prawią rozumienie mowy i [illegible] niają komfort słyszenia. Dostępne [illegible] również aparaty słuchowe [illegible] ładowalnymi akumulatorami, [illegible] którym możemy czuć się komfortowo, będąc poza domem. Producenci oferują dodatkowe akcesoria [illegible] osób niedosłyszących, które zwiększają komfort użytkowania aparatu. Doskonałym uzupełnieniem aparatów są akcesoria umożliwiające m.in. bezprzewodowy odbiór dźwięku z TV lub poprawę rozumienia mowy. Istnieją modele, które łączą się ze smartfonami i tabletami, umożliwiając odbiór rozmów telefonicznych lub muzyki bezpośrednio przez aparaty.

fota SHUTTERSTOCK

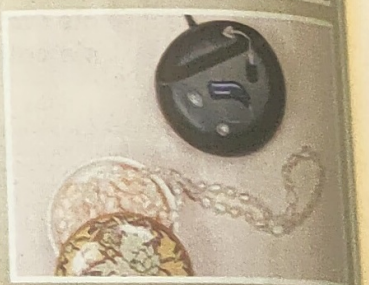
REKLAMA

BEZPIECZNE badanie słuchu

Wypróbuj najnowszą technologię szwajcarskiej firmy BERNAFON.

Stworzone przez nas dyskretne aparaty słuchowe zapewniają komfortową konwersację nawet w bardzo trudnych warunkach akustycznych.

Cenią je również melomani.



Przetestuj w domu całkowicie BEZPŁATNIE.

SWISS Engineering

INFOLINIA: 422 985 555
www.bernafon.com

bernafon
Your hearing · Our passion

MIÓD MANUKA TO NATURALNY MIÓD POCHODZĄCY Z NOWEJ ZELANDII. JEGO LECZNICZE WŁAŚCIWOŚCI SĄ CENIONE NA CAŁYM ŚWIECIE

Lek z pszczelej apteki

NIEDZIELA 17.00 BBC EARTH
CAŁA PRAWDA O ZDROWYM ODŻYWIANIU

Miód manuka powstaje z nektaru krzewu manuka. Podczas dojrzewania miodu wytwarza się unikalny składnik – metylglyoxal. Im wyższe jego stężenie w miodzie, tym korzystniejsze działanie lecznicze. Ten składnik znajduje się także w polskich miodach, ale jest go nie więcej niż 10 mg na 1 kg miodu. Miód manuka zawiera od 30 do 800 mg methylglyoxalu na 1 kg. Badania niemieckiego naukowca, prof. Thomasa Henle'a, udowadniają, że methylglyoxal odpowiada za trwałą dobroczynną aktywność miodu. Wysokie stężenie methylglyoxalu w miodzie manuka jest źródłem wielu unikatowych właściwości leczniczych. Okazuje się, że wpływa on na prawidłowe funkcjonowanie przewodu pokarmowego, reguluje florę bakteryjną jelit, pomaga w leczeniu wrzodów żołądka (zwalcza Helicobacter pylori), zespołu jelita nadwrażliwego i refluksu. Wzmacnia naturalną odporność organizmu. Zapewnia dobrą kondycję skóry. Pomaga w walce z chorobotwórczymi bakteriami. Przyspiesza gojenie zmian skórnych w przypadku półpaśca. Zwiększa efektywność leczenia anginy i innych chorób gardła. Przyspiesza proces gojenia się ran i odleżyn. Pomaga w dolegliwościach związanych z egzemą. Miód manuka jest produktem spożywczym, a nie lekiem ani suplementem diety. Z tego względu nie ma jasno sprecyzowanych reguł dotyczących dawkowania. Najlepiej spożywać 2–3 łyżeczki rano, na czczo, ok. 20 minut przed posiłkiem.

fot. SHUTTERSTOCK

REKLAMA

Mānuka Health
NEW ZEALAND

Miody Mānuka

ORYGINALNE, CERTYFIKOWANE PROSTO Z NOWEJ ZELANDII

Jesteśmy liderami nauki o miodzie manuka. Nasz zespół ekspertów zapewnia, że każdy słoik miodu jest testowany, aby zagwarantować, czystość, jakość i naturalną zawartość methylglyoxalu - MGO™.

Miód Mānuka MGO™ łączy w sobie potężną esencję nowozelandzkiego drzewa Mānuka z tradycyjnymi właściwościami miodu – unikalne, naturalne właściwości potwierdzone najnowszą nauką.

MGO MIODY MANUKA

miodymanuka.pl | +48 22 266 84 99

Jak wybrać prywatny dom opieki

POLACY TO SPOŁECZEŃSTWO STARZEJĄCE SIĘ, KAŻ... OSIĄGNIE TEN ETAP W SWOIM ŻYCIU, WCIĄŻ JEDNAK... NIM CIESZYĆ, NAWIĄZYWAĆ CIEKAWE ZNAJOMOŚCI, ŻY... I KOMFORTOWO. DECYDUJĄC SIĘ NA PRYWATNY DO... WARTO WZIĄĆ POD UWAGĘ KILKA A...

Coraz więcej domów spokojnej starości może zaoferować seniorom nie tylko zadbane pokoje z łazienkami, smaczne posiłki i bezpieczeństwo. Warto wybrać ośrodek, w którym będziemy mieli zapewnioną opiekę na najwyższym poziomie.

Na to zwróć uwagę

Przede wszystkim dobre warunki. O wiele przyjemniej spędzić jesień życia w czystym i estetycznym miejscu niż w pokoju z odrapanymi ścianami. Nasz nowy dom powinien być zadbany od środka i na zewnątrz, najlepiej w otoczeniu zieleni, która działa kojąco. Jeśli mamy problemy z poruszaniem się, koniecznie sprawdźmy, czy budynek jest przystosowany dla osób niepełnosprawnych. Ważne, aby ośro... całodobową opiek... ni wykwalifikow... personel medyczny.

Dom przyjazny s...

Oprócz przestronny... łówki i świetlicy w ... mach opieki znajdu... osób religijnych, ... rej można nie tylko ... wić czy obejrzeć ... nawiązać przyjaźn... no też zabraknąć sa... cji, dzięki czemu ... poddawać się lecz... gom. Udostępnian... nych dla osób odwie... duży parking to dod... nowoczesnego dom... nim podejmiemy de... go najpierw odwied...

REKLAMA

REKLAMA

DOM SENIORA
Załęcze
rehabilitacja, hotel, rekreacja
DOM POMOCY SPOŁECZNEJ

Załęcze Małe 111A, 98-335 Pątnów, woj. łódzkie
e-mail: domseniorazalecze@gmail.com
www.domseniorazalecze.pl

OFERUJEMY:
- stałe i czasowe pobyty w Domu Seniora
- całodobową opiekę opiekunek i pielęgniarek
- opiekę lekarza rodzinnego i rehabilitanta
- wyżywienie w formie 3 posiłków dziennie plus przekąski, uwzględniając indywidualne diety
- zajęcia terapeutyczne i kulturowo-oświatowe
- apartamenty i pokoje dla Gości odwiedzających naszych Mieszkańców
- kaplicę • wizyty duszpasterskie
- bibliotekę z czytelnią
- gabinet fryzjersko-kosmetyczny

☎ 43 841 08 09; 515 092 202; 515 092 200

REHABILITACJA
- dla klienta indywidualnego
- dla Mieszkańców Domu Seniora Załęcze

GABINETY
- fizykoterapii • hydroterapii • kinezyterapii
- masażu klasycznego i relaksacyjnego

REHABILITACJA/TURNUSY REHABILITACY

• DOM SENIORA/pobyty prywatne/ • DOM POMOCY SPOŁECZNEJ/pobyty z dopłatą gmin/

Recepcja - ☎ 43 840 32 04; ☎ 515 092 202; ☎ 515 092 200
e-mail: recepcjadomseniorazalecze@gmail.com

SENIORZE, ruszaj się na zdrowie

TO MOŻE BYĆ SPACER Z KIJKAMI, SZYBKI MARSZ, JAZDA NA ROWERZE, JOGGING LUB ĆWICZENIA NA BASENIE PODCZAS POBYTU W SANATORIUM. NA KAŻDYM ETAPIE ŻYCIA POWINNIŚMY JAK NAJWIĘCEJ SIĘ RUSZAĆ. BO RUCH TO ZDROWIE!

Zwłaszcza seniorzy nie powinni zaniedbywać codziennej aktywności fizycznej. Dlaczego? Ponieważ regularne ćwiczenia pozwalają zachować gibkość, masę mięśniową i kostną oraz mają pozytywny wpływ m.in. na układ krążenia.

W pojedynkę lub w grupie

Możemy samotnie pobiegać lub zamiast jechać do sklepu autobusem przesiąść się na rower. Jeśli chcemy przyjemnie spędzić czas z sąsiadką i jednocześnie utrzymać kondycję, wspólne wyjście z kijkami lub siłownia na świeżym powietrzu to idealny sposób! Nie tylko wzmacniamy układ ruchu i układ nerwowy, lecz także więzi międzyludzkie. Można też dołączyć do grupy seniorów, którzy regularnie odbywają treningi na świeżym powietrzu.

Ruch – lek bez recepty

W ruchu ciała uczestniczą nie tylko kości, mięśnie, stawy i więzadła, ale też układ nerwowy. Im więcej zażywamy aktywności fizycznej, tym lepiej pracuje nasz mózg, opóźnia się rozwój demencji i na dłużej zachowujemy sprawność umysłu. To także mniejsze ryzyko zachorowania na depresję, choroby serca, układu ruchu i mniejsza podatność na złamania np. podczas upadku. Oprócz poprawy i utrzymania zdrowia fizycznego regularne ćwiczenia mogą sprawić, że zmniejszy się potrzeba przyjmowania leków i suplementów. Dodatkowo za pomocą odpowiednich ćwiczeń można poprawić kontrolę nad potrzebami fizjologicznymi, równowagą i chodem.

fotos SHUTTERSTOCK

REKLAMA

Herbapol
Naturalne wsparcie
dbamy o Was już od 75 lat

Herbatki FUNKCJONALNE z bogatymi ziołowymi składami

CHOLESTEROL+
Suplement diety*
kapsułki pochodzenia roślinnego
z monakoliną K i karczochem

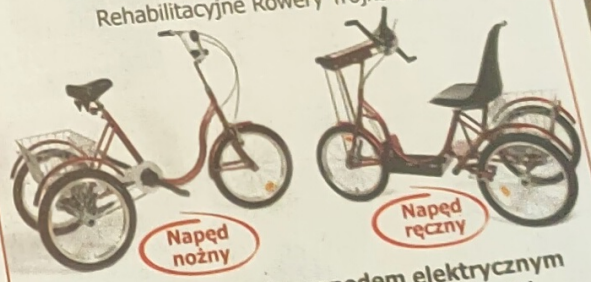
KONICZYNA CZERWONA+
Suplement diety*
kapsułki pochodzenia roślinnego
oparte na wyciągu

ZNAJDZIESZ NAS W APTEKACH, SKLEPACH ZIELARSKICH ORAZ NA
SKLEP.HERBAPOL.KRAKOW.PL

* Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety.
Zalecany jest zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia.
KRAKOWSKIE ZAKŁADY ZIELARSKIE HERBAPOL W KRAKOWIE SA
ul. Chałupnika 14, 31-464 Kraków,
tel.: +48 12 411 69 11, email: herbapol@herbapol.krakow.pl

780973_WA

TOLEK®
Rehabilitacyjne Rowery Trójkołowe



Rowery mogą być z napędem elektrycznym oraz ze zmianą biegów – 3 przerzutki
Rower jako wyrób medyczny jest częściowo refundowany przez Centrum Pomocy Rodzinie oraz sprzedaż ratalną

ROWERY POLECANE SĄ:
- Osobom z niedowładem nóg z napędem ręcznym
- Nieumiejącym jeździć na rowerze dwukołowym
- Osobom Starszym mniej sprawnym ruchowo
- Dzieciom
- Osobom z zachwianiem równowagi

Więcej informacji: www.rowertolek.pl
e-mail: biuro@rowertolek.pl
adres: ul. 3 Maja 2A, 87-850 Choceń k. Włocławka
tel. 54 284 65 40 Emilia | kom. 600 467 513 Anna
kom. 600 790 138 Teofil | kom. 723 881 675 Michał

781240_WA

PIĄTEK

STARCIE TYTANÓW

Perseusz (Sam Worthington) jest świadkiem buntu w mieście Argos, którego mieszkańcy wypowiedzieli posłuszeństwo bogom. W akcie zemsty Hades zabija wielu ludzi, w tym przybranych rodziców herosa. Stawia też mieszkańcom ultimatum: albo złożą w ofierze księżniczkę Andromedę (Alexa Davalos), albo ich miasto zostanie zniszczone przez potężnego Krakena. Ojciec dziewczyny organizuje grupę śmiałków, która udaje się do krainy zmarłych, by powstrzymać okrutnego Hadesa i ocalić świat.

SUPER HIT

Fantasy USA 2010, wyk.: Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Jason Flemyng, Gemma Arterton, Alexa Davalos (130 min) **20.05 TVN**

SOBOTA

KAPITAN AMERYKA PIERWSZE STARCIE

Rok 1940. Amerykanin Steve Rogers (Chris Evans) zgłasza się na ochotnika do wojska, by walczyć z nazistami. Nie zostaje przyjęty do armii z powodu słabego zdrowia. Pułkownik składa mu jednak propozycję wzięcia udziału w eksperymencie, który zostaje przeprowadzony. Po terapii, która zmienia jego intelekt oraz siłę fizyczną, staje się superbohaterem – Kapitanem Ameryką. Razem z Buckym walczy z wrogami.

★★

SF USA 2011, wyk.: Chris Evans, Hugo Weaving, Natalie Dormer (170 min) **20.00 POLSAT**

NIEDZIELA

SZYBCY I WŚCIEKLI 7

Po tym, jak ekipa Doma (Vin Diesel) wróciła do USA po ułaskawieniu, ich życie toczy się leniwie. Dla niektórych jest to trudne do zniesienia. Najgorzej nową sytuację znosi Brian, który mieszka na przedmieściach z Mią i ich synem. Tymczasem Dom próbuje odbudować relację z Letty (Michelle Rodriguez), zaś Tej i Roman korzystają z życia. Wszystko ulega zmianie wraz z pojawieniem się Shawa. Szuka on zemsty na oprawcach jego brata. Kiedy wróg wysadza dom Toretto, ten nawiązuje współpracę z agentem rządowym.

★★★

Sensacyjny USA 2015, wyk.: Vin Diesel, Paul Walker, Michelle Rodriguez (175 min) **20.00 TVN 7**

POZYCJA OBOWIĄZKOWA

Cztery przyjaciółki, Diane, Vivian (Jane Fonda), Sharon (Candice Bergen) i Carol (Mary Steenburgen), założyły własny klub książki. Spotykają się raz w miesiącu, wybierając jednak niezbyt porywające, przewidywalne tytuły. Tak jest do czasu, gdy Vivian proponuje lekturę „Pięćdziesięciu twarzy Greya" E.L. James. Książka okazuje się wyjątkowo inspirująca. Panie dają się ponieść historii, są zauroczone tytułowym bohaterem, Christianem Greyem. Kobiety zdają sobie sprawę z tego, że warto dać szansę każdemu mężczyźnie.

SUPER HIT

Komedia USA 2018, wyk.: Diane Keaton, Jane Fonda, Candice Bergen, Mary Steenburgen, Andy Garcia, Craig T. Nelson (115 min) **20.20 TVP 2**

Hity filmowe NOWA TV

ZMARTWYCHWSTAŁY

Poncjusz Piłat musi wyjaśnić wydarzenia, do których doszło w rzymskiej prowincji. Trybun Clavius bada pogłoski dotyczące zmartwychwstania Jezusa.

★★ **Dramat obyczajowy**
USA 2016
PIĄTEK 21.00 NOWA TV

W POGONI ZA ZEMSTĄ

Driver po 10 latach odsiadki wychodzi na wolność. Chce zemścić się na ludziach odpowiedzialnych za śmierć jego brata. Eliminuje kolejne osoby.

★★ **Sensacyjny**
USA 2010
SOBOTA 21.00 NOWA TV

ŁATWA DZIEWCZYNA

Olive jest przykładną uczennicą liceum. Pewnego dnia pojawiają się plotki o jej rozwiązłości. Dzięki nim zyskuje popularność.

★★ **Komedia**
USA 2010
NIEDZIELA 21.00 NOWA TV

BANK

Agent Interpolu, Louis Salinger, wpada na trop przestępczej działalności potężnego banku. Pomaga mu asystentka prokuratora generalnego.

★★ **Dramat sensacyjny**
Niem./USA/Wlk. Bryt. 2009
PON. 21.00 NOWA TV

★ Przeciętny ★★ Dobry ★★★ Bardzo dobry SUPER HIT

Ottilan | Zdrowe i czyste uszy

Wyrób medyczny Ottilan Spray:

- Rozpuszcza zalegającą woskowinę
- Zapobiega zatykaniu się ucha
- Oczyszcza uszy
- Działa profilaktycznie w tzw. „uchu pływaka"

- Do stosowania u niemowląt od 6 m-ca życia, dzieci, dorosłych, w tym u osób noszących aparty słuchowe

www.ottilan.pl

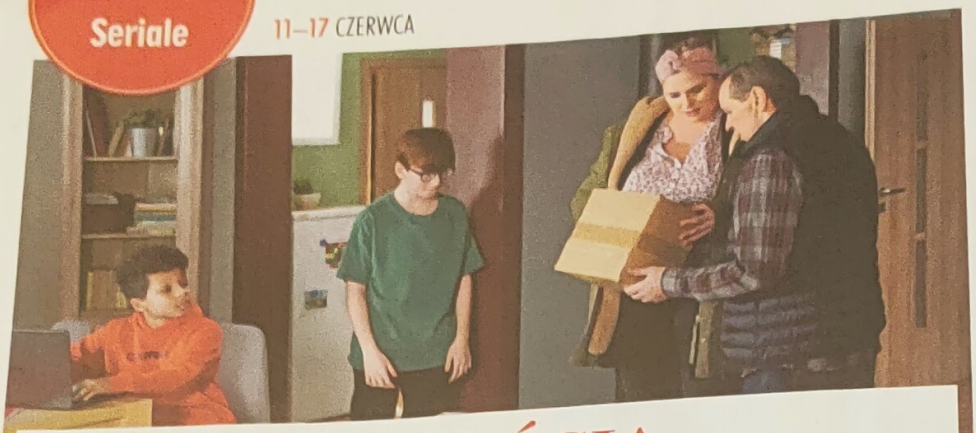
Żyrafo Sophie, jesteś już z nami od 60 lat!!!
Dziękujemy Ci, Twoje dzieci i ich mamy

- Rozwija wszystkie zmysły maluszka:
  — wzrok (cętki)
  — słuch (piszczałka)
  — dotyk (gładki)
  — smak i węch (guma z drzewa hevea)
- w 100% naturalny i bezpieczny dla środowiska
- produkowany ręcznie we Francji

www.zyrafa-sophie.pl

Uwaga! To nie zabawka do kąpieli, nie sterylizować i nie gotować, przemywać czystą wodą, zatykając otwór piszczałki

fotowww.freepik.com



BARWY SZCZĘŚCIA

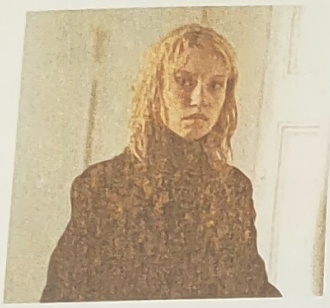
PIĄTEK, 20.10, TVP 2

Aldona zamierza teraz jeszcze bardziej dbać o swoją rodzinę. Basia wciąż przebywa w szpitalu. Rodzina i przyjaciele udzielają jej wsparcia. Grzelakowie dochodzą do wniosku, że pora zmienić tryb życia na zdrowszy. Trwają przygotowania do ślubu Franka i Reginy. Humor przyszłej pannie młodej psuje Remek. Mężczyzna oświadcza, że nawet niezaproszony zjawi się na uroczystości. Patryk i Agata bardzo za sobą tęsknią. Justin stara się przekonać przyjaciela, by spróbował pogodzić się z dziewczyną.

OBSERWOWA

SOBOTA, 20.00, TV 4

Dociekliwa policjantka up tropi byłego wojskowego. Carey szuka dowodu przec Emery'emu. Wykorzystuje ... mości w służbach antyterrory nych, by inwigilować go za po monitoringu miejskiego. Pod ny jednak skutecznie wymyk wszechobecnym kamerom. W Rachel odkrywa powód jego nięcia. Tymczasem Shaun kon tuje się z Frankiem Napierem



POTWÓR

ŚRODA, 20.10, ALE KINO+

Dręczona kobieta nie zamierza dłużej tkwić w domowym piekle. Prześladowana przez męża Sophie ma już dość i postanawia zawalczyć o siebie. Znajduje w sobie siłę, by podjąć decyzję o odejściu od dręczyciela. Ten jednak nie pokazał jeszcze wszystkich swoich kart. Stosując emocjonalny szantaż, manipuluje żoną i nakłania ją, by została. Przekonuje, że wszystko będzie inaczej. Dobre chwile nie trwają jednak długo. M znów zaczyna upokarzać kobietę, którą rzekomo tak bardzo kocha. Kolejne próby naprawie związku spełzają na niczym. Sop traci wszelką nadzieję. Pozostaje jedynie ucieczka. Wie jednak, że chce uwolnić się od prześladow będzie musiała przełamać się cze raz i opowiedzieć swoją histo

DOC: W TWOICH RĘKACH

ŚRODA, 20.00, AXN

Ceniony lekarz pada ofiarą ataku. Musi na nowo odkryć, kim jest. Profesor Andrea Fanti, ordynator oddziału chorób wewnętrznych, zostaje postrzelony w głowę. Gdy odzyskuje świadomość, nie pamięta ostatnich dwunastu lat życia, nie rozpoznaje pracowników ani rodziny. Surowy szef trafia do szpitala jako pacjent. Czeka go rehabilitacja.

KRAWCOWA Z MADRYTU

PONIEDZIAŁEK-ŚRODA, 21.50, TVP 2

Działając z narażeniem życia, agentka wpada w ręce wroga. Sira na zaproszenie Da Silvy jedzie do Portugalii. Szuka dowodów na jego współpracę z nazistami. Biznesmen odkrywa, że został oszukany. Musi odzyskać skradziony mikrofilm, inaczej zginie. Porywa agentkę. Rozpoczyna się walka o jej życie.

LEPSZA POŁOWA 2

PONIEDZIAŁEK-ŚRODA, 21.15, TVP 2

Milionera Borysa i jego bliskich czekają kolejne życiowe zmiany. Zibi pracuje w Norwegii, więc Ania sama wychowuje rocznego Antosia. Przytłoczona obowiązkami młoda matka chętnie korzysta ze wsparcia byłego męża. Związek Aleksa i Weroniki kwitnie, zaś Marek i Jola próbują ożywić swoje małżeństwo. Bor po tym jak niemal utonął w base postanawia zmienić swoje życie. bawem zjawia się u niego pięk włamywaczka, Renata, która ch obrabować jego sejf. Nowako skiemu udaje się złapać złodzie Niemal od razu traci dla niej gło

Seriale

BRZYDULA

PIĄTEK-CZWARTEK, 18.30, TVN 7

Ambitna asystentka jest gotowa sprostać nowym wyzwaniom. Terlecki nie ma czasu umówić się z Markiem. Uli udaje się zaaranżować ich spotkanie podczas charytatywnego turnieju tenisa. Gdy sama pojawia się na kortach, wzbudza złość Pauliny. Dzięki asystentce Dobrzański podpisuje jednak umowę. Niebawem zwalnia Violettę. Wściekła Kubasińska przekazuje Aleksowi kopię dokumentu. Tymczasem Ela próbuje wyswatać Ulę z Rafałem. Randka okazuje się niewypałem. Sprytna dziewczyna wmawia koleżankom, że tak naprawdę jest zakochana w Maćku. Gdy chłopak zjawia się w firmie, Violetta, która odzyskała posadę, bierze go za bogatego biznesmena. Pshemko stawia prezesowi ultimatum. W efekcie Ula musi znaleźć nowe materiały.

ZAKOCHANI PO USZY 5

PONIEDZIAŁEK-CZWARTEK, 19.30, TVN 7

Bartek chce być pewien, że brat dotrzyma słowa i uratuje synka. Wiki i Michał starają się ukryć przed współlokatorami fakt, że spędzili razem noc. Nadchodzi dzień operacji Stasia. Zdenerwowany Bartek wciąż pilnuje Tymona. Obawia się, że brat w ostatniej chwili zmieni zdanie. Samanta odkrywa, że jest w ciąży. Test robi także Karolina.

REKRUT 3

WTOREK, 21.05, AXN

John próbuje wesprzeć matkę, która przeżywa trudne chwile. Sierżant Grey chce odejść na emeryturę. Nolana niespodziewanie odwiedza matka, która zerwała zaręczyny. Niebawem zjawia się też jej zdenerwowany były narzeczony. Podczas patrolu John pomaga kobiecie, która zaczęła rodzić. Stanton próbuje zatrzymać podejrzanego. Popełnia błąd, a sytuacja staje się coraz bardziej napięta.

NA WSPÓLNEJ

PONIEDZIAŁEK-CZWARTEK, 20.15, TVN

Ceremonię ślubną Igi i Roberta przerywa szokująca wiadomość. Eliza i Jarek mogą zabrać do siebie dzieci. Rodzina i przyjaciele pomagają im w przygotowaniach. Nadchodzi dzień ślubu Igi i Michała. Uroczystość przerywa Robert. Oznajmia narzeczonym, że nie mogą się pobrać. Prawdopodobnie odnaleziono Kingę. Damian zapewnia Żanetę, że Wojtka nic nie łączy z Patrycją. Później kobieta widzi coś, co temu przeczy. Anastazja budzi się z kacem w łóżku Olka. Pyta go, czy spędzili razem noc.

BEAU SÉJOUR

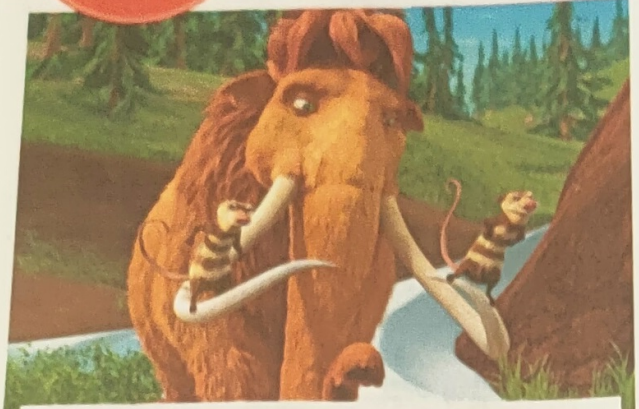
NIEDZIELA, 20.10, ALE KINO+

Detektywi podążają tropem wskazówek zmarłej dziewczyny. Kierując się radą lokalnego medium, Jefa, policja federalna szuka pokoju hotelowego, w którym Kato została zamordowana. Gdy funkcjonariusze docierają na miejsce, a w łazience znajdują krew, oficjalnie zostaje wszczęte dochodzenie. Tymczasem Ines, przyjaciółka Kato, dziwnie się zachowuje.

MIASTO SKARBÓW

PONIEDZIAŁEK-ŚRODA, 20.25, TVP 2

Losy dwóch sióstr znajdujących się po różnych stronach barykady. Alicja Wakar z ministerstwa kultury dołącza do grupy inspektora Michała Szatnera, walczącej z nielegalnym handlem dziełami sztuki. W procederjest zamieszana jej siostra Ewa. Niebawem do domu złodziejki włamuje się tajemniczy Miler, który chce ukraść „Graczy" Cezanne'a. Tymczasem Starka, były agent służb PRL-u, zabiera z krakowskiej galerii cenne zdjęcie Marilyn Monroe. Znajduje się na nim kod do tajnych kont. Alicja wpada na trop podejrzanego. Natychmiast ściąga na miejsce Szatnera i jego zespół. Komisarz Selena Abar dostaje wiadomość od swojego informatora Kamińskiego. Na rynku pojawił się skradziony w Koszycach złoty dukat Zygmunta Wazy. W śledztwo zostaje włączona Alicja. Sprawą bezcennej monety jest zainteresowana również Ewa.



EPOKA LODOWCOWA 2: ODWILŻ

PIĄTEK, 20.00, POLSAT

Do niezwykłego stada dołączają kolejni wędrowcy. Zwierzęta muszą uciekać przed powodzią. Mamut Maniek, leniwiec Sid i tygrys Diego ruszają na poszukiwania łodzi, która zabierze ich w bezpieczne miejsce. Dołączają do nich młoda samica mamuta Ela i para oposów. Tymczasem w wodzie, której wciąż przybywa, czają się zahibernowane prehistoryczne bestie.

HARMIDOM 2

PONIEDZIAŁEK, 13.50, NICKELODEON

Rodzeństwo zastanawia się, jak urozmaicić codzienne menu. Dzieciaki mają dość powtarzających się dań. Knują intrygę, w myśl której na ich stołach pojawi się pizza. Hirek i Rozalka muszą wspólnie zaopiekować się jajkiem. Chłopak jednak nie ma zaufania do koleżanki. Hirek wraz z Czarkiem biorą udział w konkursie, by poznać autora Łebskiego Asa. Muszą się jednak zmierzyć z groźnym rywalem. Hen przynosi do domu nowe zwierzątko. Pozostali pupile chcą się pozbyć nowego towarzysza.

NIESAMOWITY ŚWIAT GUMBALLA

WTOREK, 16.4[illegible]
CARTOON NETWORK

Kot i jego bliscy chcą [illegible] na premierę kinowe[illegible] Wattersonowie całą [illegible] przed budynkiem kina, [illegible] kontynuację „Gwiezdn[illegible] Kiedy Larry informuje ich, [illegible] dą na seans, Gumball i [illegible] robią wszystko, by zdo[illegible] chaną produkcję. Próbu[illegible] się na początek kolejki. [illegible] cy Elmore wspólnie spę[illegible] czą. Okazuje się, że nie [illegible] piosenki powinny jedna[illegible] wykonane publicznie.

MULAN 2

SOBOTA, 8.35, POLSAT

Odważna wojowniczka musi podjąć się niebezpiecznej misji. Kraj zostaje uratowany przed najazdem wroga. Mulan wraca do domu jako bohaterka. Niebawem w jej progach staje generał Szang, by prosić ukochaną o rękę. Zanim jednak młodzi staną na ślubnym kobiercu, muszą eskortować trzy księżniczki, córki cesarza, które mają zawrzeć zaplanowane małżeństwa. W niebezpiecznej wyprawie Mulan oraz Szangowi towarzyszą wierni przyjaciele. Niebawem jednak wojowniczka odkrywa, że kobiety są zmuszane do ślubów. Postanawia pomóc księżniczkom znaleźć własną drogę. Tymczasem malutki smok Mushu, przyjaciel i powiernik Mulan, zamierza skłócić dziewczynę i jej wybranka. Zgodnie ze zwyczajem bowiem kobieta, która wychodzi za mąż, dostaje się pod opiekę duchów opiekuńczych partnera. Mushu zaś nie zamierza utracić swojej pozycji. Knuje chytry plan.

WALLACE I GROMIT: KLĄTWA KRÓLIKA

ŚRODA, 12.55, POLSAT FILM

Przyjaciele muszą w humanitarny sposób pozbyć się intruzów. W miasteczku zbliża się doroczne święto – konkurs warzywny. Tymczasem ogródki mieszkańców pustoszą żarłoczne króliki. Na prośbę organizatorki konkursu, Campanuli Tottington, Wallace i Gromit konstruują maszynę, która w humanitarny sposób pozbędzie się szkodników. Ich plany komplikuje snobistyczny Victor Quartermaine. By zyskać miano lokalnego bohatera, pragnie on zastrzelić bestię.

DOMISIE

CZWARTEK, 11.55, TVP [illegible]

Sympatyczne skrzaty pod[illegible] podstawy pracy zespoł[illegible] Eryk wyrusza na wyprawę [illegible] czo-naukową. Zabiera ze so[illegible] zbędne sprzęty – lornetkę [illegible] Ponieważ jego przyjaciele [illegible] nież chcą wziąć udział w e[illegible] dycji, Domisie postanawiają [illegible] rzyć zespół naukowy. Wk[illegible] jednak muszą nauczyć się [illegible] kompromisów oraz pracy [illegible] pie. Okazuje się, że nie jest [illegible] zadanie. Tymczasem Strach[illegible] postanawia nastraszyć Do[illegible] tak, jak nigdy dotąd.

Zobacz to!

ROZRYWKA

ONE NIGHT SQUAD

PIĄTEK, 20.00, TVN 7

Uczestnicy programu stawiają czoło wymagającym zadaniom. Dziesięcioro celebrytów, byłych uczestników m.in. „Hotelu Paradise", „Big Brothera" czy „Love Island. Wyspy miłości", przez 10 dni pokonuje kilometry plaż Zanzibaru, by zawalczyć o luksus i imprezę życia. Czeka ich survivalowy maraton, w którym zwyciężą tylko najwytrwalsi. Ania Jaźmierczyk, Łukasz Karpiński, Magda Wójcik, Michał Baryza oraz ich koledzy sądzą, że wezmą udział w kolejnym reality show w rozrywkowym towarzystwie. Po dniu spędzonym w willi nad brzegiem oceanu lądują jednak z plecakami na plaży i rozpoczynają prawdziwą szkołę przetrwania. Każdego dnia otrzymują wymagające zadanie. Zwycięzca wygrywa przywilej spędzenia nocy w willi i zaproszenia tam jednego z uczestników. Program prowadzi dziennikarka Aleksandra Sworowska.

SPORT

EURO 2020

PONIEDZIAŁEK, 17.50, TVP 1

Od meczu ze Słowacją Polacy rozpoczynają walkę w ME. Po znakomitym wyniku na Euro 2016 apetyt polskich kibiców został mocno rozbudzony. Jednak ich oczekiwania zmalały po nieudanym mundialu w Rosji i przeciętnej grze Polaków w eliminacjach do ME. Dwukrotnie nastąpiła też zmiana na stanowisku selekcjonera. Od tego roku jest nim Paolo Sousa. Natomiast niezmiennie filarem naszej reprezentacji jest Robert Lewandowski.

DOKUMENTY

STAROŻYTNI KOSMICI

PIĄTEK, 18.05, FOKUS TV

Naukowcy sprawdzają kolejną kontrowersyjną teorię. Większość powierzchni Rosji jest niezamieszkana i słabo zbadana. Tu narodziły się idee kosmizmu – przekonania, że korzenie ludzkiej cywilizacji znajdują się w kosmosie i że przeznaczeniem człowieka jest tam wrócić. Wielu zwolenników teorii paleoastronautyki uważa, że era komunizmu pozwoliła ukryć dawne i współczesne kontakty z obcymi. Jednym z dowodów takich kosmicznych interwencji mają być tajemnicze zabudowania dawnej osady Arkaim.

ROLNICY. PODLASIE

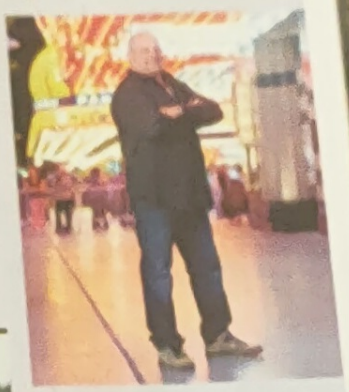
NIEDZIELA, 20.00, FOKUS TV

Wiosenne prace komplikuje poważna awaria sprzętu. Gienek, jego syn i Jastrząb porządkują stodołę. Konieczne staje się uruchomienie maszyny do robienia ciuków. Wcześniej muszą ją odpowiednio nasmarować. Przy okazji Andrzej opowiada o swoim gospodarstwie, które jest za małe, aby dostać dopłaty z UE. Tomek chce przetestować rozrzutnik do obornika, zanim podejmie decyzję o zakupie własnego. Kiedy okazuje się, że trzeba wymienić lemiesze w pługu, prace na roli zostają wstrzymane. Z pomocą przychodzi Monika.

GWIAZDY LOMBARDU

SOBOTA, 13.35, FOKUS TV

Handlarze wyceniają i próbują zdobyć cenne pamiątki. Tym razem do punktu skupu trafia sygnet, który należał kiedyś do mafijnego bossa Charlesa „Lucky'ego" Luciano. Rick ogląda list autorstwa jednego z najznakomitszych trenerów w historii futbolu amerykańskiego. Chumlee wycenia kolekcję zabytkowych zabawek dołączanych do paczek z przekąskami Cracker Jack.



WOJNY MAGAZYNOWE

PONIEDZIAŁEK, 22.00, FOKUS TV

Doświadczonych kupców spotyka kilka niespodzianek. Handlarze staroćiami jadą na aukcję w Moreno Valley. Tam licytowane kwoty szybko idą w górę. Ivy i Duke ostro rywalizują o upatrzone wcześniej schowki, a Mary stara się zejść im z drogi. Na aukcji pojawia się również Maverick Harvey, który w swoim magazynie znajduje tajemnicze narzędzie. Okazuje się, że służy ono do wypłukiwania złota. Z kolei Dave natrafia na fotel, który może sprzedać za imponującą kwotę. Jeden z bohaterów programu ma tego dnia ogromne szczęście – za jedno tylko znalezisko może dostać ponad dziesięć tysięcy dolarów.

TVP 1

7.00 Transmisja mszy św.
7.30 Agape – magazyn
8.00 Wiadomości; Pogoda
8.25 Rozdroża polityczne
8.40 Ranczo 10 (129)
9.35 Komisarz Alex 13 (159) – krym., Pol.
10.35 Ojciec Mateusz 18 (232) – krym., Pol.
11.25 Kasta (157) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes – mag.
12.30 Agropogoda – pr. inf.
12.35 Magazyn rolniczy
12.50 Koziorożec, władca Alp – dok., Fr. 2017
14.00 Elif (997) – obycz.
15.00 Wiadomości; Alarm!
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Przysięga (429)
16.50 Łączy nas EURO (17)
17.00 Teleexpress
17.15 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
17.55 Klan (3827) – telen.
18.20 Kasta (158) – serial
18.55 Jeden z dziesięciu
19.25 Sport; Wiadomości
20.10 Gra na Maksa (1) – serial obyczajowy, Polska 2021 str. 5

20.20 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy A Turcja – Włochy str. 6

23.15 Gra na Maksa (1) – obycz., Pol. 2021
23.25 ** Kontrakt na zabijanie – thriller, Niemcy/USA 2006, reż. Bruce Beresford, wyk.: Morgan Freeman (100 min)
1.05 S.W.A.T. – Jednostka specjalna 2 (42) – sens., USA 2018
1.50 Determinator (4/13) – krym., Pol. 2006
2.50 Magazyn kryminalny 997
3.40 Republika. Narodziny legendy – film dok., Polska 2017

TVP 2

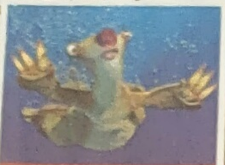
5.25 Na dobre i na złe (682) – obycz., Pol.
6.30 Anna Dymna – spotkajmy się Anna Chodko – talk-show
6.50 Familiada – telet.
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – mag.
7.55 Pytanie na śniadanie
10.45 Panorama
10.55 Pytanie na śniadanie
11.20 Policzmy się dla Polski – cykl fel.
11.30 Dziewczyny ze Lwowa (5) – obycz.
12.30 Koło fortuny (776)
13.15 Kozacka miłość (130)
14.05 Va banque (112)
14.35 Na sygnale (309)
15.05 Górscy ratownicy (85)
15.50 Gra na Maksa (1)
16.00 Koło fortuny (777)
16.35 Familiada – telet.
17.15 Promyk nadziei (57)
18.00 Panorama
18.20 Va banque (113)
18.45 Kozacka miłość (131)
19.35 Barwy szczęścia (2464) – obycz., Pol.
20.00 Gra na Maksa (1)

20.10 Barwy szczęścia (2465) – serial obyczajowy, Polska 2020 str. 20

20.40 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio
20.50 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia
23.10 ** Wyprawa do Werony – film obycz., Niemcy 2018, reż. Andreas Herzog, wyk.: Heiner Lauterbach (100 min)
0.50 ** Doktor No – film sens., Wlk. Bryt. 1962 (120 min)
2.50 ** Whiskey, Tango, Foxtrot – komediodramat, USA 2016 (120 min).

POLSAT

4.40 Disco Gramy – muz.
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień – pr. inf.
8.40 Malanowski i partnerzy (280, 281) – fab.-dok., Pol. 2010
9.40 Sekrety rodziny (189) – paradok.
10.40 Dlaczego ja? (476) – paradok., Pol. 2013
11.40 Gliniarze (529) – paradok., Pol. 2021
12.50 Wydarzenia
13.25 Interwencja – mag. reporterów
13.40 Trudne sprawy (823) – paradok., Pol. 2018
14.40 Dlaczego ja? (989) – paradok., Pol. 2020
15.50 Wydarzenia; Pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.35 Gliniarze (474) – paradok., Pol. 2020
17.40 Sekrety rodziny (180) – serial paradok., Pol. 2021
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń" – pr. publicystyczny
19.45 Sport, Pogoda



20.00 ** Epoka lodowcowa 2: Odwilż – film anim., USA 2006, reż. Carlos Saldanha (120 min) str. 22

22.00 ** Ja, robot – film SF, USA 2004, reż. Alex Proyas, wyk.: Will Smith, Bridget Moynahan, Alan Tudyk, James Cromwell, Bruce Greenwood, Adrian Ricard (140 min)
0.20 ** Podróż przedślubna – komedia romant., USA 1999, reż. Bronwen Hughes, wyk.: Ben Affleck, Sandra Bullock (145 min)
2.45 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

TVN

5.40 Uwaga! – mag. rep.
6.00 Ukryta prawda (1293) – serial paradok., Pol. 2020
7.00 Kuchenne rewolucje (6): Piaseczno, Gusto – program rozr., Polska 2015
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.35 Doradca smaku (11) – mag. kulin., Pol.
11.45 Ukryta prawda (931, 1192, 771) – paradok., Pol. 2018
14.55 Szpital (426) – serial paradok., Polska
16.00 LAB (14) – serial krym., Polska 2021
17.00 Kuchenne rewolucje (13): Przasnysz, Restauracja Imperium – pr. rozr., Pol. 2014
18.00 Ukryta prawda (932) – paradok., Pol. 2018
19.00 Fakty
19.25 Uwaga! Koronawirus (367)
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – mag. rep.

20.05 Starcie tytanów – film fantasy, USA 2010, reż. Louis Leterrier, wyk.: Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Jason Flemyng, Gemma Arterton, Alexa Davalos, Tine Stapelfeldt (130 min) str. 18

22.15 ** Wilkołak – horror, USA 2010, reż. Joe Johnston, wyk.: Benicio Del Toro, Emily Blunt, Simon Merrells (135 min)
0.30 Kuba Wojewódzki (1): Krzysztof Gonciarz, Klaudia El Dursi – talk-show
1.35 Uwaga! – mag. rep.
1.50 NOC Magii

TVN 7

5.40 Szpital (732) – serial
6.40 Idealna niania 2 (3/11) – reality show, Polska 2013
7.25 Zakochani po uszy 5 (352) – telen., Pol.
8.00 Ukryta prawda (1094-1096) – serial
11.00 Szpital (733) – serial
12.00 Szkoła (618) – serial paradok., Pol. 2018
13.00 19+ (576, 577) – paradok., Pol. 2021
14.00 Sąd rodzinny (167) – serial fab.-dok., Polska 2009-2011
15.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (605) – fab.-dok., Pol. 2011
16.00 Ukryta prawda (901) – paradok., Pol. 2018
17.00 Idealna niania 2 (5, 6/11) – reality show, Polska 2013
18.30 Brzydula (29-31/55) – serial komediowy, Pol. 2008 str. 21
20.00 One Night Squad (3, 4/10) – reality show, Pol. 2021 str. 23

21.35 ** Polowanie na druhny – komedia romantyczna, USA 2005, reż. David Dobkin, wyk.: Owen Wilson, Vince Vaughn, Christopher Walken, Rachel McAdams, Isla Fisher, Jane Seymour, Ellen Albertini Dow, Bradley Cooper (150 min) str. 8

0.05 ** Odwet – film sensacyjny, USA/Niemcy 2003, reż. F. Gary Gray, wyk.: Vin Diesel, Larenz Tate, Steve Eastin, Timothy Olyphant, Atiana Coons-Parker, Jeff Kober (145 min)
2.30 NOC Magii

TV 4

6.00 Gliniarz ... (72) ...
7.00 Straż...
8.00 Nasz nowy dom (114) ...
9.00 Pierwsza ... (3177) ...
9.50 Świat... Polska ...
10.20 Fabryka ... (17, 18) ... dok. ...
11.20 Detektywi ... (72) ...
12.20 Kobra – oddział specjalny ... – sens. ...
13.25 STOP Drogówka – magazyn ...
15.30 Hardkorowy lombard ... – dok., USA ...
17.00 Septagon ... – serial ... Polska 2019
18.00 Kochane pieniądze (20) – paradok. ...
19.00 Policjantki i Policjanci (7...) – serial obycz., Polska 2020

20.00 Gwiazdy Kabaretu (6...) – pr. rozrywk., Polska 2021

22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (446, 447) – serial krym., Polska ...
0.05 ** Stephanie – horror, USA ..., reż. Akiva Goldsman, wyk.: Frank Grillo, Shree Crooks, Anna Torv, Jonah Beres, LaSaundra Gibson, Samantha Smith, Kenneth Choi, Amanda Christine, Ellen Dubin (120 ...)
1.55 Śmierć na 1000 sposobów (5) – dok., USA ...
2.25 Disco Polo Life – pr. muz., Pol. ...

TVP SERIALE

10.25 Na dobre i na złe (5)
11.30 Ranczo 7 (83)
12.25 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze (2)
12.40 Rodzinka.pl (201, 202)
13.45 Ojciec Mateusz 14 (178, 179)
15.35 Komisarz Alex 14 (169)
16.20 Komisariat (5)
16.55 Na sygnale (63)
17.35 Ranczo 7 (84, 85)
19.30 Ojciec Mateusz 14 (180)
20.25 Ojciec Mateusz 19 (249)
21.25 Ranczo 7 (86, 87)
23.20 Ojciec Mateusz 14 (181)

TVP ROZRYWKA

11.40 Familiada – teleturniej
12.20 Postaw na milion
13.20 Kabaretowa mapa Polski – rozr., Pol. 2011
16.20 Życie to kabaret
18.25 Okrasa łamie przepisy
18.55 Makłowicz w podróży
19.30 Gra słów. Krzyżówka
19.55 Va banque – telet.
20.35 Postaw na milion
21.25 Zainwestuj w marzenia 3 (42)
21.35 Postaw na milion
22.35 Kabaret za kulisami
23.35 Kabaretomaniacy

STOPKLATKA

14.30 I tak, i nie – komedia romantyczna, Kanada 2004 str. 8
16.10 U Pana Boga w ogródku (1, 2)
17.55 Wojny magazynowe: Kanada 2 (6, 7)
19.05 Wojny kontenerowe 3 (12, 13)
20.00 Be Cool – komedia kryminalna, USA 2005
22.20 Carrie – horror, USA 2013
0.35 Wzgórza mają oczy 2 – horror, USA 2007

SUPER POLSAT

12.00 SuperLudzie (3)
13.00 Chirurdzy (300, 301)
15.00 Top Chef
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 2 (6)
18.00 Nasz nowy dom (190)
19.00 Świat według Kiepskich (515, 516)
20.05 Bad Boys – komedia sensacyjna, USA 1995
22.35 Ciacho – komedia, Polska 2010
1.00 OSS 117 – Kair, gniazdo szpiegów – komedia, Fr. 2006

TTV HD

16.35 Gogglebox. Przed telewizorem 13 (12) – rozr.
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Człowiek kontra jedzenie (1, 2) – mag. kulin.
18.55 Usterka 11 (1)
19.45 Express; Sport
20.05 COOL turyści (1) – rozr.
20.35 Gogglebox. Przed telewizorem 9 – rozr., Pol.
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Królowe życia 9 (16)
23.00 Królowe życia 10 (9, 10)
24.00 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (18)

TVS

16.45 Kierunek zdrowie – medyczny str. ...
17.15 Kopalnia historii
17.45 Silesia flesz
17.55 Dzieje się
18.15 Na dwóch kołach
18.45 Podróże z wędrownymi motylami
19.15 Muzyczny weekend
20.00 Silesia flesz; Pogoda
20.20 Koncert życzeń
21.15 Gwiazdy szlagierowej biesiady – widowisko
22.25 Szlagroteka
23.00 Silesia flesz; Pogoda

TV PULS

6.00 Zbuntowany anioł (89) – telen., Argentyna 1998-1999
7.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (173) – serial obyczajowy, Polska 2019
8.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (365) – serial obyczajowy, Polska 2021
9.00 Rodzinny interes 3 (109) – serial obycz., Polska 2020
10.00 Zbuntowany anioł (90, 91) – telen., Argentyna 1998-1999
12.00 Zaklinaczka duchów 3 (53, 54) – fantasy, USA 2007
14.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (174, 175) – serial obyczajowy, Polska 2019
16.00 Rodzinny interes 3 (111, 112) – serial obycz., Polska 2020
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (367, 368) – serial obyczajowy, Polska 2021

20.00 **Liberator** – film sensacyjny, USA/Francja 1992, rez. Andrew Davis, wyk.: Steven Seagal, Tommy Lee Jones, Gary Busey (120 min)
22.00 **Krwawy sport** – film sensacyjny, USA 1988, reż. Newt Arnold, wyk.: Jean-Claude Van Damme, Bolo Yeung, Donald Gibb (115 min)
23.55 **Dzień odkupienia** – film sensacyjny, USA/Maroko 2021, reż. Hicham Hajji, wyk.: Andy Garcia, Brice Bexter, Ernie Hudson (120 min)
1.55 **Castle 2 (18)** – serial krym., USA 2009
2.50 **Zobacz to!**

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.15 Redakcja: Dział Śledczy (6)
7.15 Wehikuł czasu
7.20 Pod lupą (3, 4)
8.25 Poszukiwacze historii (4) – serial dok., Polska 2019
8.45 Drwale (19, 20) – reality show, USA 2013-2014
10.45 Łowcy opali (8) – serial dokumentalny, Australia 2019
11.45 Starożytni kosmici. Ostateczny dowód (7) – serial dokumentalny, 2015
12.40 Handlarze historią (5) – program rozrywkowy, Wielka Brytania 2018
13.35 Wojny magazynowe (32, 33, 35) – reality show, USA
15.35 Kryptonim szef (11, 12) – serial dokum., USA 2016
17.20 Łowcy opali (8) – serial dokumentalny, Australia 2019

18.05 **Starożytni kosmici (12, 13)** – serial dokum., USA 2016 str. 23
20.00 **Rolnicy. Podlasie (10-13)** – serial dok., Polska 2020
23.55 **Soja: Trucizna czy bogactwo?** – film dok., Francja 2019
1.15 **Misja skarb (5)**– magazyn popularnonaukowy, Pol.2019
2.15 **Poszukiwacze historii (5, 6)** – serial dok., Polska 2019
3.00 **OSP. Na ratunek! (3)** – serial dokumentalny, Polska 2019
3.55 **Kołowrotek (5, 6)** – magazyn wędkarski, Polska 2018
4.55 **Tajna historia XX wieku (9, 10)**

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muz.
6.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
7.00 To hit! – pr. muz.
7.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
8.00 To hit! – pr. muz.
8.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
9.00 To hit! – pr. muz.
9.15 7 wspaniałych
10.00 Tego słuchacie
11.00 Tylko dance – muz.
12.00 To hit! – pr. muz.
12.15 Tylko dance – muz.
13.00 To hit! – pr. muz.
13.15 Tego słuchacie
14.30 I love disco – muz.
15.15 10 lat Polo TV: Maciek i Edyta – muz.
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
17.00 Premiera: Disco Weekend z Blondi – pr. muzyczny, Pol. 2020
18.30 Lista przebojów Polo TV – pr. muz,
19.00 Videomix – pr. muzyczny, Polska 2012

20.00 **Premiera: Imprezownia w Polo TV** – program muzyczny, Polska
Zbiór największych imprezowych przebojów. W trakcie programu widzowie mogą przesyłać SMS-y z pozdrowieniami dla rodziny i przyjaciół.
23.00 **Disco Weekend z Blondi** – pr. muzyczny, Polska 2020
Idealna propozycja dla osób poszukujących rozrywki. Edyta Folwarska podsuwa pomysły na ciekawe spędzenie czasu.
0.45 **Disco noc w Polo TV!** – pr. muzyczny, Pol.

TVN 24

5.55 Powitanie poranka
6.00 Serwis informacyjny
7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny
15.00 15 na żywo
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
20.00 Sprawdzam
20.30 Czarno na białym – magazyn
21.00 Polska i świat
22.00 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu
23.40 Bilans dnia
24.00 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
0.40 Sprawdzam
1.15 Tak jest – pr. publ.
2.15 Maja w ogrodzie
2.35 Akademia ogrodnika
2.40 Sprawdzam
3.10 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
4.15 Polska i świat
5.00 Maja w ogrodzie
5.25 Akademia ogrodnika
5.30 Fakty po Faktach

TVP INFO

7.12 Jedziemy – mag.
7.50 Agrobiznes
7.55 Agropogoda
8.00 Jedziemy dalej
8.15 Serwis Info
8.18 Minęła ósma
9.00 Serwis Info
9.11 Minęła dziewiąta
10.00 Serwis Info
12.00 Info Raport
13.29 Serwis Info
15.29 Info dzień
16.30 Koronawirus. Szczepionka
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.30 O co chodzi
18.00 Transmisja mszy świętej
19.30 Wiadomości
19.58 Gość „Wiadomości"
20.13 Forum – pr. publ.
21.00 Nie da się ukryć
21.25 Serwis Info
21.50 W tyle wizji
22.25 Serwis Info
22.30 W tyle wizji extra
23.00 INFO wieczór
23.30 W akcji
23.55 Serwis Info
0.03 Wiadomości

POLSAT NEWS

5.00 Stołeczna drogówka
5.20 SuperLudzie
5.45 Interwencja
6.00 Nowy dzień – inf.
7.40 Graffiti – pr. publ.
8.00 Nowy dzień – inf.
9.00 W rytmie dnia
12.50 Wydarzenia
13.30 W rytmie dnia
15.50 Wydarzenia
16.10 Więcej Wydarzeń
16.30 Godziny szczytu
18.00 Punkt widzenia
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń"
19.50 Debata dnia
21.00 Raport – pr. inf.
21.50 Wydarzenia
22.30 Dzień na świecie
23.00 Obraz dnia
23.45 Biznesowy obraz dnia – pr. inf.
0.05 Gość „Wydarzeń"
0.25 Wydarzenia
1.00 SuperLudzie
1.20 Interwencja
1.35 Łowca pedofilów
2.00 Z klimatem i z pasją
2.20 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn

TVP SPORT

11.00 EURObedata – mag.
12.00 Mecz dnia – magazyn
13.00 Klub reprezentanta
14.00 Studio EURO – mag.
16.00 Łączy nas EURO
17.00 Historia Euro (14)
18.05 Piłka nożna – Euro 2020 – studio
20.35 Piłka nożna – Euro 2020 – grupa A: Turcja – Włochy str. 6
23.30 EUROwieczór – mag.
0.05 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy A: Turcja – Włochy

EUROSPORT 1

6.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
7.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii
8.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
9.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
22.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii
23.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
24.00 Road to Tokyo – mag.
1.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu

EUROSPORT 2

17.15 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
18.45 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii
19.35 Essential Olympic Stories – mag. sportowy
19.45 World Touring Car Cup – Wyścig w Niemczech – 1. i 2. wyścig
21.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
22.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
1.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii

POLSAT SPORT

12.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Japonia – Argentyna
15.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Polska – Holandia
17.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: USA – Serbia
20.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Polska – Brazylia
23.45 Cafe Euro – mag., Pol.
1.00 Sporty walki: M. Materla – R. Soldic

POLSAT SPORT EXTRA

14.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Holandia – Bułgaria
16.20 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Australia – Włochy
19.20 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Kanada – Francja
21.30 Piłka nożna – mecz towarzyski: Portugalia – Izrael
23.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Polska – Brazylia

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Sporty walki – KSW 40
11.15 Boks
14.15 Boks
15.45 Sporty walki
18.50 Boks – Gala Warsaw Boxing Night
20.20 Sporty walki – FEN 33
23.55 Boks – waga ciężka: Daniel Dubois – Joe Joyce 28.11.2020
2.55 Boks – waga superśrednia: Maciej Sulęcki – Nicolas Dion 10.05.2014
5.45 Sporty walki

POLSAT PLAY

8.00 Hardkorowy lombard 3 (32-35)
10.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)
12.00 Więzienny świat
14.00 Hardkorowy lombard 3 (36-39)
16.00 Ninja Warrior Polska
18.00 Więzienie (11-15)
20.30 Hardcorowa miłość
21.00 Chłopaki do wzięcia
22.00 Celebra – Mam to coś
22.30 Kloszard story (23)
23.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (121)
23.30 Więzienie (66, 67)

TVN TURBO

15.45 Zawodowi handlarze
16.30 Uwaga! Pirat! (4)
17.15 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo
18.15 Klimek kontra Duda (1)
19.00 Brudna robota – czysty zysk – reality show
20.00 Kwatery Hitlera (9)
21.00 ABC motoryzacji (10)
21.30 101 gadżetów motoryzacyjnych (9)
22.00 Raport Turbo
22.15 Wojny samochodowe
24.00 Brudna robota – czysty zysk – reality show

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 Supernews
22.29 Magazyn kryminalny
23.00 Polacy w świecie

POLSAT SPORT NEWS

8.07 Kolarstwo – Tour de Suisse – 5. etap
12.07 Piłka nożna: Estonia – Łotwa
14.05 Sporty walki: B. Mańkowski – R. Soldić
15.40 Kolarstwo – Tour de Suisse – 6. etap
18.00 Piłka nożna: Francja – Bułgaria
20.30 Piłka nożna: Hiszpania – Litwa
23.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Iran – Niemcy

CANAL+ SPORT

6.45 Basket+
7.00 Przekręt: Piłkarska drużyna widmo
8.30 NBA Action – magazyn
9.00 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off
11.00 Twardzielki (8)
11.35 Premierowa jazda
12.00 Tenis – Turniej WTA w Nottingham
20.10 1 na 1 Extra – mag.
20.45 Premierowa jazda
21.00 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off
23.00 Basket+

NSPORT+

14.55 Premierowa jazda
15.15 Czarny charakter
16.00 Speedway+ – mag.
16.30 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa: ROW Rybnik – Unia Tarnów
18.30 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa: ROW Rybnik – Abramczyk Polonia Bydgoszcz
21.00 Magazyn Le Mans Series – mag. sportowy
22.00 Piłka nożna – Liga hiszpańska
23.00 News+ – magazyn

PIĄTEK 11 CZERWCA

13 ULICA

9.50 Zabójcze umysły 10
11.40 Agenci NCIS: Nowy Orlean (1, 2)
13.30 Chicago P.D. 6 (9)
14.25 Dowody zbrodni 4 (18, 19)
16.15 Zabójcze umysły 10
18.15 Agenci NCIS: Nowy Orlean (3, 4)
20.05 Chicago P.D. 6 (10)
21.00 Hawaii 5.0 9 (19, 20)
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (13)
24.00 Chicago P.D. 6 (10)
1.00 Hawaii 5.0 9 (19, 20)

KINO POLSKA

6.40 Telesprzedaż
7.55 Duże zwierzę – dramat
9.30 Grzeszny żywot Franciszka Buły
11.40 Telesprzedaż
11.55 Wiosna, panie sierżancie – kom. obycz., 1934
14.05 Pożegnania – dramat
16.10 Kabaretowy rejs
18.05 Dom (4)
20.00 Skrzydlate świnie – dramat obycz., 2010
22.05 Piłkarski poker – kom. obycz., 1988
0.15 Misja Afganistan

AXN

7.35 The Good Doctor 2 (1)
8.30 Agenci NCIS 14 (7, 8)
10.25 Agenci NCIS: Los Angeles 11 (8, 9)
12.10 Rekrut (9, 10)
14.05 Nie ma jak w piekle
16.10 28 dni – komedio-dramat, USA 2000
18.20 Seal Team 4 (14, 15)
20.10 Przeznaczenie – thriller SF, Australia 2014
22.10 Spider-Man: Homecoming – film przyg.
0.50 Zasady walki 2 – Zdrada – thriller

ROMANCE TV

9.50 Rodzice sami w domu: Państwo Winter
11.45 Atelier Fontana
14.20 Inga Lindström: Żyj i pozwól żyć!
16.15 Lilly Schönauer: Sen Pauli – film obycz.
18.05 Diagnoza Betty (19, 20)
20.00 Statek marzeń – Japonia – film obycz.
21.55 Wszystko dla pań (159)
22.50 Hotel marzeń: Sri Lanka – film obycz.
0.45 Statek marzeń – Japonia – film obycz.

POLSAT FILM

6.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (46-48)
7.30 Nasz nowy dom (136)
8.30 Przyjaciółki (193, 194)
10.30 Świat według Kiepskich
12.55 Tarzan 2 – film anim.
14.30 Imperium robotów. Bunt człowieka
16.25 Skąd wiesz? – kom.
19.00 Dobry dinozaur – film animowany, USA 2015
21.00 Pasażer – thriller, 2018
23.20 Obcy kontra Predator – horror SF, 2004
1.30 Ślad (27, 28)

TVN FABUŁA

10.20 Magda M. (4, 5)
12.20 Zakochani po uszy 4
13.25 Singielka (38, 39)
14.30 Diagnoza (9)
15.30 Przepis na życie (1)
16.30 Szkoła filmowa (1, 2)
17.30 Zawieruchy przepis na kino – pr. rozrywk.
17.50 Życie od kuchni – komedia romant., 2007
20.00 40-letni prawiczek – kom. romant., USA
22.25 Ósma strona – dramat
0.40 Godzina zemsty – film sensacyjny, USA 1999

FOX

11.00 White Collar: Biały kołnierzyk 4 (15, 16)
12.50 Mentalista 4 (7, 8)
14.40 Lucyfer 2 (5)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5
16.30 Chicago Fire 9 (1, 2)
18.20 Chicago Med (5, 6)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9 (13)
21.05 Mentalista 3 (23, 24)
22.55 Mentalista 4 (1-3)
1.40 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9

ID

8.00 Celnicy kontra przemytnicy (17-20)
10.00 Niezapomniane zbrodnie
12.00 Morderstwo na prowincji
14.00 Krwawa układanka
16.00 Dla ciebie bym zabił
18.00 Odkrywając zło
21.00 W sieci kłamstw
22.00 Zabójcze siostry
24.00 Tylko martwi znają prawdę
2.00 Celnicy kontra przemytnicy (17, 18)

POLSAT SERIALE

6.00 Gliniarze (261-263)
9.00 Rodzina zastępcza
13.00 Niania (31, 32)
14.00 Niania 3 (33, 34)
15.00 Świat według Bundych
16.00 Świat według Kiepskich
18.00 Gliniarze (310)
19.00 Malanowski i partnerzy (771, 772)
20.00 Komisarz Mama (2)
21.00 Erin Brockovich – dramat obycz., USA 2000
23.45 Underworld: Bunt Lykanów – horror, 2009
1.40 Na ratunek 112

TLC

9.00 Wiza na miłość (14)
11.00 Dr Pryszczylla (11)
12.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów
13.00 Suknie ślubne dla puszystych
14.00 Wiza na miłość (15)
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Dr Pryszczylla
19.00 Mistrzowie remontu
20.00 Rodzina wielkiej wagi
21.00 Siostry wielkiej wagi
22.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy (4)
24.00 Nie do uwierzenia!

PARAMOUNT CH.

9.20 Żołnierski blues – kom.
11.30 Dziewczyny! Dziewczyny! Dziewczyny!
13.45 Rodzinny weekend
16.00 Pingwiny z Madagaskaru (18, 19, 22, 24)
18.00 Dwóch i pół 6 (4-7)
20.00 Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta? – kom. sens., USA 1991
21.50 Ukryty wymiar – film SF, 1997
23.55 Dziewiąte wrota
2.55 Ostra jazda: Piwny ping pong

ALE KINO+

8.30 22 lipca (5, 6)
10.40 Kafeteria
12.10 Niepospolita
12.45 Szalona historia Mela Brooksa
13.55 Rykoszety
14.40 Kokon – kom. SF, USA
16.50 Świrnięty Mikołaj – komedia, Polska 2018
18.15 Stand Up Girl – kom.
20.10 Żona do podziału – komedia, 2015
21.45 Gotti – film biograf.
23.45 Sekretarka – komedio-dramat, USA 2002

BBC FIRST

13.30 Ojciec Brown 8 (1)
14.20 Nowe triki 7 (8)
15.15 Śmierć pod palmami 2
16.15 Obiady piątkowe 4 (1)
16.45 Z pamiętnika położnej 2 (7)
17.45 Doktor Who 6 (3)
18.40 Ojciec Brown 8 (1)
19.30 Nowe triki 7 (8)
20.30 Śmierć pod palmami 2
21.30 Dziewczyna z jednostki 3 (2)
22.30 Pogoń za miłością (3)
23.35 Nędznicy (3)
0.40 Obiady piątkowe 4 (1)

CI POLSAT

15.40 Polskie zabójczynie (4)
16.05 Łowca zbrodni 6 (15)
17.05 Kobiety, które zabijają 15 (12)
18.05 Zbrodnie, które wstrząsnęły Anglią 8 (5)
19.05 Mistrzowie zbrodni (1)
20.05 Krwawe rozstania 5 (7)
21.00 Polskie prywatne zbrodnie (2)
21.30 Paragraf 148 – kara śmierci – mag. krym.
22.00 Porwali nam dziecko
23.00 Polowanie na Teda Bundy'ego

TELE 5

6.55 Autostrada do nieba
8.00 Droga wolna 2 – mag.
8.25 Coś śmiesznego
9.00 Telesprzedaż
12.30 Mango – telezakupy
14.45 Telesprzedaż
16.00 Autostrada do nieba
17.05 Kabaretowy Szał 3 (49)
18.00 Nowy Kabaretowy Szał
19.00 Kabaretowy Szał 3 (3)
20.00 Kabaretowy Szał (5)
21.00 Bez adresu – dramat obyczajowy, USA 2014
23.20 Królowie życia (5)
24.00 Kabaretowy Szał (2)

EPIC DRAMA

11.15 Detektyw Murdoch 4 (1, 2)
13.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (5, 6)
15.45 Endeavour: Sprawy młodego Morsa (5)
17.45 Sprawy Frankie Drake
19.35 Detektyw Murdoch 11 (13, 14)
21.30 Rozpustnice (7, 8)
23.30 Detektyw Murdoch 11 (13, 14)
1.15 Sprawy Frankie Drake
2.45 Zagadki kryminalne panny Fisher (5)

SCI FI

8.00 Herkules 2 (24)
8.55 Herkules 3 (1-3)
11.40 Grimm (17, 18)
13.30 Gwiezdne wrota 6
15.20 Przygody Merlina 4
17.10 Grimm (19, 20)
19.00 DC's Legends of Tomorrow 2 (13, 14)
21.00 Wampiry: Dziedzictwo (9, 10)
23.00 The Grudge – Klątwa – horror, 2004
1.00 Guardians: Misja superbohaterów – film sensacyjny, Rosja 2017

AMC

6.30 Krwiożerczy rój – thriller SF, 2003
8.15 Anti-Social – krym.
10.15 Wbrew regułom
12.40 Najlepsi reżyserzy Hollywood 2 – mag. film.
13.10 Niezawodny plan – film sens., Kanada
15.00 Pułapka dusz – horror
16.50 Mr. Jones – film obycz.
18.25 Motel – horror, USA
20.10 Młoda krew – thriller
22.00 Miami Vice – film sensacyjny, 2006
0.30 Przekręt – kom.

AXN BLACK

6.00 Rewir (5)
6.55 MacGyver 3 (9, 10)
8.40 Ultraviolet (9, 10)
10.40 Rewir (5, 6)
12.35 MacGyver 3 (9-12)
16.05 Ultraviolet 2 (1, 2)
18.05 L.A.'s Finest (3, 4)
20.05 Rysa (1, 2)
22.05 Ray Donovan 7 (1, 2)
0.10 Future Man (8, 9)
1.30 Ultraviolet 2 (1, 2)
3.40 Squad (47, 48)
5.25 Blok promocyjny AXN Black

COMEDY CENTRAL

6.25 Dwóch i pół 6 (1-3)
7.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (10-13)
9.35 Mamuśka 5 (21, 22)
10.30 Przyjaciele 3 (19-24)
13.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (16-21)
16.00 Przyjaciele 3 (25)
16.30 Przyjaciele 4 (1-5)
19.00 Teoria wielkiego podrywu 5 (20-24)
21.10 Teoria wielkiego podrywu 6 (1-3)
22.30 Dwóch i pół 6 (4-6)
24.00 Wtatcy móch 4 (15, 16)

TVN STYLE

14.25 Co nas truje
15.10 Kulisy sławy extra
15.45 Hotele marzeń
16.15 W czym do ślubu?
16.50 Ugotowani
17.50 Kuchenne rewolucje
18.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
19.35 Kobieta na krańcu świata
20.10 Odkrycia Magdy Gessler
20.40 No to lecę!
21.40 Tu jest pięknie
22.25 Jestem z Polski

POLSAT CAFÉ

13.00 Gwiazdy na dywaniku
13.30 Top Chef
15.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
16.00 Biedni kontra bogaci
17.00 Bogaty dom – biedny dom
18.00 Nasz nowy dom
19.00 Randka z nieznajomym
20.00 Zdrady
21.00 Randki bez cenzury
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady
24.00 Love Island. Wyspa miłości

HGTV

15.55 Domowe rewolucje 3
16.55 Weekendowa metamorfoza
17.55 Pomysłowe projekty 2
18.25 Polowanie na ogród 6
19.00 Nowe życie na Hawajach 9
20.00 Zamieszkać na plaży 4
20.30 Zarobić na remoncie 6
21.00 Moje miasto, mój dom 4
22.00 Totalne remonty Szelągowskiej 2
23.00 Weekendowa metamorfoza 3

CANAL+ DOMO HD

14.30 Wielkie marzenia w małych przestrzeniach 2
15.35 Pokochaj swój ogród 9
16.30 Grunt to ogród – mag.
17.00 Gardeners' World 13
18.00 Ucieczka na wieś 18
19.40 Daleko od miasta 6
20.10 Cudotwórcy 5 – mag.
21.00 Podwórka do poprawki – magazyn
21.50 Express domowy
22.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 3
24.00 Gdzie rosną pieniądze

FOOD NETWORK

11.25 Makłowicz w drodze
13.00 MasterChef – pr. rozr.
14.30 Ugotowani
15.30 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję
17.00 Kuchnia dla odważnych – mag. kulinarny
19.40 Sexy kuchnia Magdy Gessler – mag. kulin.
20.45 Palce lizać – magazyn
21.15 Człowiek kontra jedzenie – mag. kulinarny
22.20 Jedzenie w trasie
23.30 Włoska uczta na morzu – mag. kulinarny

TVN 24 BIS
13.30 Kropka nad i – publ.
14.00 Byk i Niedźwiedź
14.35 Fakty o świecie
15.30 Fakty o świecie – rozmowa
16.00 Dzień na świecie
18.30 Fakty o świecie
19.00 Fakty
19.25 Fakty po Faktach
20.00 Sprawdzam – pr. publ.
20.20 Fakty o świecie
21.00 World's Greatest Man Made Wonders
22.00 Tak jest – pr. publicyst.
23.00 Polska i świat – mag.

POLSAT NEWS 2
15.20 #JesteśmyDlaDzieci
15.50 Gość „Wydarzeń"
16.15 #JesteśmyDlaDzieci
16.45 Interwencja – taka jest Polska
17.35 Wydarzenia
17.50 Więcej Wydarzeń
18.10 Z klimatem i z pasją
18.35 Debata dnia – publ.
19.45 Interwencja – taka jest Polska
20.30 Interwencja
20.50 Państwo w państwie
22.35 Wydarzenia
23.05 Gość „Wydarzeń"

TVP HD
10.50 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale
12.20 Ojciec Mateusz 9
13.20 O mnie się nie martw 6
14.15 Ranczo 8
16.10 M jak miłość
17.05 Stulecie Winnych 3
18.05 Ojciec Mateusz 2
18.55 Ranczo 8
19.55 Rodzinka.pl
21.05 Janosik
22.05 Kariera Nikodema Dyzmy
0.15 Alternatywy 4

WP
13.55 Pokochaj lub sprzedaj 7
14.50 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5
15.50 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3
16.50 WP News 16:50 – inf.
17.00 Pokochaj lub sprzedaj – wakacyjne domy
18.00 10 lat młodsi w 10 dni
19.00 Operacje plastyczne do poprawki
20.00 Pies: na tropie 2
21.55 1, 2, 3... Kabaret! 2
23.00 Mistrzowie Kabaretu 4

ZOOM TV
11.55 Dwadzieścioro dwoje dzieci i my
12.55 Dochodowy remont 7
13.55 Beztroskie życie milionerów
15.55 Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
16.50 Co ludzie powiedzą? 5
18.05 U Pana Boga w ogródku
20.00 Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
21.00 Rosyjski Projekt Lady
23.00 Magia nagości
24.00 Magia nagości Niemcy

TVP KULTURA
15.35 Jańcio Wodnik – dram. obycz., Polska 1993
17.30 Chopin by Leszek Możdżer
18.30 Informacje kulturalne
18.50 Podróż za jeden uśmiech
20.00 Wieczór kinomana
20.05 Dwunastu gniewnych ludzi – dramat psycholog., USA 1957
21.50 Geniusz: Picasso
22.50 Kto zabił Nancy?
0.30 Informacje kulturalne

PLANETE+
14.00 Bitwa o Midway. Jak było naprawdę?
15.00 Historia Wielkiej Brytanii w kolorze
16.00 Obrzędy i rytuały świata
17.00 360° Świat bez granic 6
18.00 Świat z góry 7
19.30 Polska z góry 5
20.00 Ekstremalne krainy
22.00 Naturalna więź. Człowiek i przyroda
23.00 Żyć w zgodzie z naturą

POLSAT DOKU
8.00 Hardkorowy lombard
9.00 Gliniarze
11.00 Polacy w świecie
13.00 Poszukiwacze historii
14.00 Olimpia. Narodziny igrzysk
15.20 Druga wojna w kolorze
17.40 Łowcy nazistów
20.00 Morskie safari
22.00 Dzika Rosja – ukryty raj
23.00 Opowieści o dzikich zwierzętach

TRAVEL CHANNEL
14.10 Ekskluzywne baseny
15.15 Kup pan zamek
15.45 Dziwaczne potrawy
16.45 No to lecę! – pr. rozr.
17.45 Niezwykłe Stany Prokopa – pr. rozr.
18.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
19.25 Biznes na kółkach
20.30 Pascal polsko-francuski – mag. kulinarny
21.15 Mikroprzygoda
22.15 Zabójcze wyzwania
23.15 Dziki Frank w Australii
0.20 Bert Zdobywca 2

METRO
16.35 Łowcy staroci 12
17.35 Walka o bagaż
18.05 Wojny magazynowe – Teksas 2
18.35 Wojny magazynowe – Teksas 3
19.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – pr. rozr.
20.00 Gorączka złota 7
21.00 Chiński zodiak – film karate, Hongkong/Chiny 2012
23.30 Przeprawa – dram. obycz., USA 2009

TVP HISTORIA
15.35 Normandia. Ostatni bohaterowie desantu
16.30 Było, nie minęło
17.30 25 lat wydawnictwa Biały Kruk
18.20 16 mm historii
18.50 Czterej pancerni i pies
19.40 „Czterej pancerni i pies", odc. 5
20.10 Teatr historii
20.25 Reytan – druga strona drzwi
21.50 Wieloryb z Lorino
23.00 Stulecie na taśmie filmowej

DISCOVERY HISTORIA
11.00 Wayne – motocyklowy mistrz świata
13.00 Zielone Piekło. Historia Nürburgringu
15.00 Polscy szpiedzy
16.00 Muzealne tajemnice
17.00 Łowcy staroci
19.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
20.00 Wielkie bitwy II wojny światowej oczami świadków
22.00 Komedia to nie zabawa. Jiří Menzel
23.50 Muzealne tajemnice

POLSAT V. HISTORY
6.15 Konspiracje
7.00 Mordercza historia
14.05 Tajna wojna
15.10 Na polu bitwy
16.55 II wojna światowa: cena imperium
17.55 Muzeum pełne tajemnic 11
18.55 Ostatni szach perski
20.00 Legendarne bestie
21.00 Historia odkryta na nowo 2
22.05 Wojenne fabryki 2
23.05 Kobiety, które walczyły z Hitlerem

HISTORY
9.45 Gwiazdy lombardu 16
10.15 Wojny magazynowe – Nowy Jork
11.15 Wykute w ogniu 5
12.10 Bitwy magazynowe 3
13.05 Wojny magazynowe 7
14.00 Bitwy magazynowe 5
14.55 Gwiazdy lombardu 16
15.20 Wykute w ogniu 5
17.10 Ludzie gór 4
19.05 Bitwy magazynowe 5
20.00 Gdy natura atakuje
21.00 Gwiazdy lombardu 22
22.00 Złoto Bałtyku
23.00 Skarby z odzysku 2

TVP POLONIA
16.15 Reksio
16.30 Rodzinka.pl
17.00 Teleexpress
17.20 Polonia jest kobietą
17.50 Gra słów. Krzyżówka
18.20 Na sygnale
18.50 Przystanek Ameryka
19.10 Olá Polônia – mag.
19.30 Wiadomości
20.15 Przystań
21.10 Centralne Biuro Humoru – pr. rozr.
22.05 Polonia 24 – mag. inf.
22.35 Rodzina Połanieckich
24.00 Focus on Poland – inf.

DISCOVERY CH.
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita
14.00 Bimbrownicy
15.00 Złomowisko PL
16.00 Morze złota
17.00 Celnicy na straży Europy 3
18.00 Lotnisko
19.00 Zawodowcy: drwale
20.00 Złomowisko PL
21.00 Przygody truckerki
22.00 Bracia Collins biorą się do roboty
23.00 Asy B klasy
24.00 Sportowe wpadki

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
8.00 Czy jest z nami inżynier?
11.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny
14.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
19.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny
23.00 Obcy wewnątrz nas
1.00 Zabójcze tropiki

POLSAT V. EXPLORE
8.35 Australijscy poławiacze homarów
9.30 Australijscy poszukiwacze złota 2
10.30 Turkusowa gorączka
17.05 Rzeczne potwory 9
18.10 Australijscy poszukiwacze złota 3
20.05 Gruchoty za gotówkę
22.00 Klasyczne – elektryczne
22.55 Gruchoty – reaktywacja
0.55 Australijscy poławiacze homarów

DTX
7.00 Militaria na warsztat
8.00 K2 – kierowców dwóch
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń
14.00 Fani czterech kółek
17.00 Ale jazda
17.30 Absurdy drogowe
18.00 Łowcy klasyków
19.00 Brudna robota
20.00 Niechciani w Gas Monkey
21.00 Teksański tuning 3
22.00 Uliczne wyścigi: Nowy Orlean
23.00 Królowie asfaltu

NOWA TV
6.45 Obraz dnia – pr. inf.
7.35 Pod lupą – magazyn
8.00 Byli sobie podróżnicy
8.40 Daleko od noszy 2
10.15 Malanowski i partnerzy
12.20 Hotel 52 3
15.20 Polacy za granicą
18.15 Gliniarze
20.15 Zdrady
21.00 Zmartwychwstały – dramat obyczajowy, USA 2016 ▶ str. 19
23.10 W pogoni za zemstą – film sens., USA 2010

NATIONAL GEOGR.
13.00 Łowcy huraganów
14.00 Megastadiony
15.00 Superkonstrukcje
16.00 Supersamochody
17.00 Zimna wojna: Naukowy wyścig
18.00 Europa z powietrza
20.00 Megastadiony
21.00 Dzieci III Rzeszy
22.00 Zimna wojna: Naukowy wyścig
23.00 II wojna światowa 1941 i człowiek ze stali
24.00 III Rzesza: Droga do upadku

NATIONAL GEO. WILD
13.00 Wrogi świat
14.00 Polowanie na myśliwego
15.00 Uwaga! Niezły pies
16.00 Niezwykły dr Pol
18.00 Węże w mieście: zaklinaczka
19.00 Cesar Millan na ratunek
20.00 Zwierzęta doskonałe
21.00 Najgroźniejsze zwierzęta Australii
22.00 Niezwykły dr Pol
23.00 Człowiek kontra zwierzę

BBC EARTH
11.45 Zabójcza pogoda 4
12.55 Ścigając wodne potwory 5
13.55 W okowach mrozu 6
15.55 Życie na pustkowiu 2
16.55 Tajemnicze dziury w ziemi
17.55 Zabójcza pogoda 4
18.55 Niesamowite konstrukcje
19.55 Zabójcza sześćdziesiątka 4
20.55 Życie na pustkowiu 4
21.55 W okowach mrozu
23.00 Zabójcza pogoda 4

CBS REALITY
13.00 Kryminalne akta inspektor Biskupskiej
14.00 Hardcorowy Lombard
16.00 Strzegąc granic 8
17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
18.00 Na straży australijskich granic 6
20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 3
21.00 Tropami zbrodni 2
22.00 48 godzin 32
23.00 Pogrzebani za domem 3
1.00 Bliźniacze zło 3

TVP ABC
13.50 44 Koty
14.20 Stacyjkowo
14.45 Strażak Sam
15.20 Studio ABC
15.45 Yakari
15.55 Przyjaciele z podwórka
16.25 Clifford – wielki czerwony pies
16.55 Kucharz Shane
17.10 Wissper
17.30 Robot Trains
18.05 Mia i ja
18.30 Zagubiona w Oz
19.00 Wieczorynka
20.15 Bajeczki Maszy

NICKELODEON
13.25 Wróżkowie chrzestni 10
13.50 Harmidom 2
14.40 SpongeBob Kanciastoporty 8
16.00 Po prostu Kucek
16.25 Zagadki rodziny Hunterów 4
17.20 Garnè Shakers. Jak wydać grę 2
18.20 Niebezpieczny Henryk 5
19.15 Grzmotomocni
19.40 Dodaj magii 2
20.05 Zmiksowana Kally

CARTOON NETWORK
10.40 Power Players
11.10 Młodzi Tytani: Akcja!
13.55 Niesamowity świat Gumballa
14.54 Młodzi Tytani: Akcja!
15.45 Kicia Rożek 2
16.40 Niesamowity świat Gumballa
17.31 Craig znad Potoku 2
18.00 Młodzi Tytani: Akcja! 5
18.55 Niesamowity świat Gumballa
19.52 Power Players
20.20 Bakugan: Przymierze wojowników

MINIMINI+
14.00 Barbie: Dreamhouse Adventures
14.50 Enchantimals: Magiczne opowieści
15.00 Ciekawski George
16.40 Luluś i Kropka budują
17.00 Dzieciaki straszaki
17.35 Bing
17.55 Strażak Sam 12
18.20 Tomek i przyjaciele
18.55 Bob Budowniczy
19.25 Dzieciaki straszaki
19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures
20.30 Trojaczki

ESKA TV
8.00 Eska TV info – pr. inf.
8.05 Hity na czasie – muz.
12.00 Szybkie strzały – rozr.
13.00 Made in Poland
14.00 Weekend z Eską TV
16.00 Szybkie strzały – rozr.
17.00 Podwójna Gorąca 20
19.55 Eska TV info – pr. inf.
20.00 Made in Poland
21.00 Historia jednej piosenki – pr. muz.
22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
23.00 Warsaw Shore – Ekipa z Warszawy 15

TV TRWAM
19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu
19.30 Opowieści Theo
19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Ziemia Obiecana
22.45 Świt nadziei
23.40 Petra – tajemnicze miasto

TVP 1

6.00 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
6.55 **Policzmy się dla...**
7.00 **Transmisja mszy św.**
7.35 **Rok w ogrodzie (851)**
8.00 **Rok w ogrodzie extra**
8.15 **wojsko-polskie.pl**
8.40 **Pełnosprawni (408)**
9.10 **Sprawa dla reportera**
10.00 **Człowiek z Zachodu** ** – western, USA 1958 (100 min)
11.40 **Ojciec Mateusz 23 (291)** – krym., Pol.
12.40 **Fascynujący świat: Królowa Elżbieta i Książę Filip: Miłość i obowiązki** str. 10
13.50 **Ozdrowieńcy (12)**
14.20 **Z pamięci** – cykl fel.
14.25 **Gra na Maksa (2)**
14.35 **Piłka nożna: Euro 2020** – mecz grupy A: Walia – Szwajcaria
17.00 **Teleexpress; Pogoda**
17.30 **Jaka to melodia?**
18.25 **To był rok! (29)** – rozr.
19.25 **Sport; Wiadomości**
20.05 **Pogoda; Alarm!**
20.25 **Gra na Maksa (2)** – obycz. str. 5

20.35 **Piłka nożna: Euro 2020** – mecz grupy B: Belgia – Rosja
23.20 **Hit na sobotę: Dżungla** ** – dramat przyg., Australia/Kolumbia/Wielka Brytania 2017, reż. Greg Mclean, wyk.: Daniel Radcliffe, Yasmin Kassim, Joel Jackson, José Luis (125 min)
1.25 **Barbershop 3: Na ostro** ** – komedia, USA 2016, reż. Malcolm D. Lee, wyk.: Ice Cube, Common, Anthony Anderson (115 min)
3.20 **Kopciuszek (1, 2)** – serial obyczajowy, Polska 2006

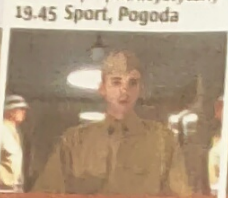
TVP 2

5.50 **Barwy szczęścia (2461, 2462)** – obycz.
6.55 **M jak miłość (1569)**
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.15 **Zainwestuj w marzenia 3 (42)**
11.30 **Rodzinny ekspres** – magazyn religijny
12.00 **Strażacki pies** ** – film familijny, USA/Kan. 2007 (120 min)
14.00 **Familiada** – telet.
14.35 **Koło fortuny (778)** – teleturniej, Polska
15.20 **Szansa na sukces. Opole 2021 (3):** Seweryn Krajewski – widowisko, Polska
16.20 **Na sygnale (297)** – fab.-dok., Pol. 2021
16.50 **Lajk!** – magazyn kult.
17.10 **Słowo na niedzielę:** Guzik zbawienia
17.15 **Gra na Maksa (2)**
17.25 **Piłka nożna: Euro 2020** – studio
17.50 **Piłka nożna: Euro 2020** – mecz grupy B: Dania – Finlandia
20.10 **Gra na Maksa (2)** – obycz., Pol. 2021

20.20 **Wszyscy moi mężczyźni** ** – komedia, USA 2017, reż. Hallie Meyers-Shyer, wyk.: Reese Witherspoon, Nat Wolff, Jon Rudnitsky, Michael Sheen (110 min)
22.10 **Wyjście awaryjne** ** – komedia, Polska 1982 (105 min)
23.55 **Sekret w ich oczach** ** – dramat krym., USA/Wlk. Bryt./Hiszp./Korea Płd. 2015 (120 min)
1.55 **Pozycja obowiązkowa** ** – komedia, USA 2018 (110 min)
3.45 **Wakacje z Madonną** ** – film obyczajowy, Pol. 1983 (85 min)

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – muz.
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień** – pr. inf.
8.35 **Mulan 2** ** – film anim., USA 2004 (95 min) str. 22
10.10 **Ewa gotuje (390)** – mag. kulin., Pol.
10.40 **Nasz nowy dom (195)** – reality show, Polska 2020
11.40 **Wolni od długów (3)** – reality show, Polska 2021
12.40 **Bogaty dom – biedny dom (25)** – reality show, Polska 2020-2021
13.40 **Łowcy nagród (16)** – teleturniej, Polska
14.40 **Rolnicy. Podlasie (1)** – dok., Polska 2021
15.45 **Więzienie (56-59)** – dok., Polska 2019
17.45 **Chłopaki do wzięcia (203, 204)** – serial dok., Polska 2019
18.50 **Wydarzenia**
19.25 **Gość „Wydarzeń"** – pr. publicystyczny
19.45 **Sport, Pogoda**



20.00 **Kapitan Ameryka: Pierwsze starcie** ** – film SF, USA 2011, reż. Joe Johnston, wyk.: Chris Evans, Hugo Weaving, Natalie Dormer, Stanley Tucci (170 min) str. 18
22.50 **Liga Niezwykłych Dżentelmenów** ** – film przygodowy, USA/Niem./Czechy/Wlk. Bryt. 2003, reż. Stephen Norrington, wyk.: Sean Connery (140 min)
1.10 **Resident Evil: Potępienie** ** – film animowany dla dorosłych, Japonia 2012 (130 min)
3.20 **Tajemnice losu** – pr. rozrywkowy

TVN

5.10 **Uwaga!** – mag. rep.
5.25 **Ukryta prawda (1037)** – paradok.
6.25 **Kuchenne rewolucje (7):** Sanok, Berhida – pr. rozr., Pol. 2015
7.25 **Wymarzone ogrody 4 (6)** – pr. rozr., Pol. 2021
8.00 **Dzień Dobry TVN**
11.30 **Na Wspólnej (3234-3237)** – serial obycz., Polska 2021
13.15 **Podaj dalej** ** – dramat obycz., USA 2000 (155 min)
15.50 **Równi sobie (3)** – reality show, Polska 2021
16.50 **Budując marzenia (4)** – pr. rozr., Pol. 2021
17.25 **Wymarzone ogrody 4 (7)** – pr. rozr., Pol. 2021
18.00 **Kuchenne rewolucje (3)** – pr. rozr., Pol. 2020
19.00 **Fakty**
19.25 **Sport, Pogoda**
19.45 **Uwaga!** – mag. rep.

20.00 **Sposób na teściową** ** – komedia romant., Niemcy/USA 2005, reż. Robert Luketic, wyk.: Jennifer Lopez, Jane Fonda, Michael Vartan, Monet Mazur, Wanda Sykes (125 min) str. 8
22.05 **W doborowym towarzystwie** ** – komediodramat, USA 2004, reż. Paul Weitz, wyk.: Topher Grace (135 min)
0.20 **Doom** ** – horror SF, Wielka Brytania/Czechy/Niemcy/USA 2005 (130 min)
2.30 **Kuchenne rewolucje (3)** – rozr., Pol. 2020
3.40 **NOC Magii**

TVN 7

5.00 **Szpital (729)** – serial paradok., Pol. 2017
6.00 **Wiza na miłość 6 (21/26)** – reality show, USA 2018
7.00 **Ukryta prawda (1082)** – serial paradok., Pol. 2019
8.00 **Kosmiczny wykop** – anim., Pol. 2020
8.30 **Ukryta prawda (1084, 1087, 1088)** – paradok., Pol. 2019
11.35 **Brzydula (32-35/55)** – serial komediowy, Polska 2008
13.55 **Rewolwer i melonik** ** – film sens., USA 1998 (115 min)
15.50 **Akademia policyjna 6: Operacja „Chaos"** ** – kom., USA 1989 (110 min)
17.40 **Jack, pogromca olbrzymów** ** – film fantasy, USA 2013, reż. Bryan Singer, wyk.: Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson, Ewan McGregor (140 min)

20.00 **Jak ukraść Księżyc** *** – film animowany, USA 2010, reż. Chris Renaud, Pierre Coffin (125 min)
22.05 **Ocean's Eleven: Ryzykowna gra** *** – komedia sens., USA/Australia 2001, reż. Steven Soderbergh, wyk.: George Clooney, Brad Pitt, Bernie Mac, Julia Roberts, Andy Garcia, Matt Damon (145 min)
0.30 **Obecność** ** – horror, USA 2013, reż. James Wan, wyk.: Vera Farmiga, Patrick Wilson, Lili Taylor, Ron Livingston (140 min)
2.50 **NOC Magii**

TV...

6.00 **Sc... Scoob...** anim...
6.25 **Połącz...** – pr. ...
6.35 **Galileo (843, 8...)**
10.40 **Połącz...** – pr. ...
10.50 **Drewn... z drużyn...** ** – kome... 2006, re... Rash, wy... Panettiere... Knowles, ... Rylan, Ge... Rihanna... Brushar... Warren...
12.55 **Połącze...** – pr. roz...
13.00 **STOP Drogó...** – magazyn...
14.00 **Policjantki i Policjanci** – serial ob... Polska 20...
19.00 **Galileo (84...)** – pr. popular... kowy, Polska

20.00 **Obserwo... (3, 4)** – seria... Wielka Bryta... 2019 str. 2...
22.00 **Sprawiedliwi... dział Kryminal... (448, 449)** – ... krym., Polska...
24.00 **Na linii** ** – dra... sensacyjny, ... 2015, reż. An... Olson, Obin O... wyk.: Ving Rh... Luke Goss, M... Barton, Michel... Paré, Riley B... Tony Demil (...
1.50 **Interwencja** – mag. repor...
2.25 **Disco Polo Li...** – pr. muz., P...
3.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muzyczn...

TVP SERIALE

7.10 Na sygnale (59-63)
9.45 Bulionerzy (23, 24)
10.50 Ranczo 6 (78)
11.45 Rodzinka.pl (96-98)
13.30 Ojciec Mateusz 14 (174)
14.25 Ranczo 7 (79-81)
17.25 Czterdziestolatek (3)
18.25 Komisarz Alex 15 (182)
19.25 Ojciec Mateusz 25 (328)
20.25 Ojciec Mateusz 14 (175, 176)
22.20 Ranczo 7 (82, 83)
0.15 Pokój – dramat obycz., Irlandia/Kan./USA/W. Bryt. 2015

TVP ROZRYWKA

13.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
14.20 Postaw na milion
15.15 Bulionerzy (41, 42)
16.20 Jak przeżyć wszystko jeszcze raz – The Best of Krzysztof Krawczyk (1, 2) – widowisko
19.00 Życie to kabaret: Kabaretowa scena Dwójki
20.55 Postaw na milion
21.55 Giganci historii – telet.
22.50 Kabaretomaniacy
23.50 Rodzina, ach rodzina
0.50 Koło fortuny – telet.

STOPKLATKA

14.30 Odrobina nieba – komediodramat, USA 2011
16.35 Stój, bo mamuśka strzela – komedia sensacyjna, USA 1992
18.10 U Pana Boga w ogródku (3, 4)
20.00 Psy – dramat sens., Polska 1992
22.15 Detoks – thriller, USA/Niemcy 2002
0.15 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych – sens., Fr./Kan. 2014

SUPER POLSAT

11.20 Kopernik była kobietą
12.20 Serca dwa (3)
12.50 Nasz nowy dom (96)
13.50 Astro Boy – film animowany, Hongkong/USA/Japonia 2009
15.50 Alvin i wiewiórki: Wielka wyprawa – film familijny, USA 2015
17.50 Koszykówka mężczyzn: Energa Cup
20.00 Sporty walki: FEN
24.00 To nie jest kraj dla starych ludzi – dramat sens., USA 2007

TTV HD

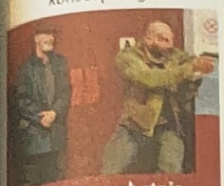
15.45 Express – pr. inform.
16.00 Ostre cięcie 7 – rozr.
16.40 Gogglebox. Przed telewizorem 14 (13) – rozr.
17.45 Express – pr. inform.
18.05 Usterka 6 (17)
18.35 Kanapowcy 3 – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Królowe życia 9 (16)
21.00 Królowe życia 10 (9, 10) – serial fab.-dok.
22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 11 (6) – rozr.
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 14 (16) – rozr.

TVS

7.20 Koncert życzeń
9.05 Rozalinowy ...
9.45 Napisała: Mor...
10.50 Podróże z wędr... nymi motylam...
11.20 Spotkanie z ...
13.30 Film fabularny
15.25 Szlagroteka
16.00 Koncert życzeń
17.50 Perły Śląska
18.20 Śląska karuzela
19.20 Muzyczny we...
20.00 Koncert w TVS
22.00 Koncert życzeń
23.45 Przy muzyce ...

TV PULS

6.00 Castle 2 (18) – serial kryminalny, USA 2009
7.00 Taki jest świat 6 (24) – pr. informacyjny, Polska 2021
8.00 Lombard. Życie pod zastaw (39) – serial obyczajowy, Polska 2017
9.00 Lombard. Życie pod zastaw 2 (40) – serial obyczajowy, Polska 2018
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (171-175) – serial obyczajowy, Polska 2019
Po utracie praw rodzicielskich klientka postanawia zastawić wózek swojej córki.
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (364-368) – serial obyczajowy, Polska 2021
Jackowska jest zła na męża. Aby mu dokuczyć, sprzedaje w lombardzie jego konsolę do gier.



20.00 ** Mocne sobotnie kino: Ostateczna rozgrywka – dramat sensacyjny, Wielka Brytania 2018, reż. Scott Mann, wyk.: Dave Bautista, Pierce Brosnan (120 min)
22.00 *** Maczeta – film sens., USA 2010, reż. Robert Rodriguez, Ethan Maniquis (125 min)
0.05 ** Maczeta zabija – film sensacyjny, Rosja/USA 2013, reż. Robert Rodriguez (120 min)
2.05 Taki jest świat 6 (24) – pr. inform.
3.00 Castle 2 (19) – serial krym., USA 2009
3.55 Zobacz to!

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.15 Redakcja: Dział Śledczy (7)
7.15 Wehikuł czasu
7.20 Pod lupą (5, 6)
8.20 Sekretne życie drapieżników (1) – dok.
9.20 Supersamoloty bojowe (3) – dokum.
10.25 Poszukiwacze historii (10) – serial dok.
10.50 Nieznane oblicza Chin (3) – dokum.
11.30 Premiera: Zaginione skarby Egiptu (1) – dok., W. Bryt. 2019
12.25 Premiera: Święte tajemnice (1/3) – film dok., 2020
13.20 Gwiazdy lombardu (11-15) – reality show, USA ▶ str. 23
15.40 Kryptonim szef (4) – serial dokumentalny, USA 2013
16.30 Kryptonim szef Polska (2) – serial dok., Polska 2020
17.30 Kryptonim szef (5) – serial dokumentalny, USA 2013

18.25 (Nie)Ziemskie tajemnice (17-20) – serial dokum., USA 2019
21.45 Podwodna wojna (3) – serial dokum., Kanada 2016-2018
22.45 Jak wykończyć świat na 10 sposobów (4) – serial dokum., USA 2016
23.50 Tabu (1) – serial popularnonaukowy, USA 2012
0.50 Archiwum strachu (8) – serial dokumentalny, USA 2013
1.45 Poszukiwacze historii (6, 7) – serial dok., Polska 2019
2.50 Rolnicy. Podlasie (19, 20) – serial dok., Polska 2020
4.55 Kołowrotek (5, 6)

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muz.
6.15 Weekend w Polo TV
7.00 To hit! – pr. muz.
7.15 Disco Landia – nutki do pobudki – muz.
8.00 To hit! – pr. muz.
8.15 Weekend w Polo TV
9.00 To hit! – pr. muz.
9.15 Disco Weekend z Blondi – pr. muz.
10.45 Tylko dance – muz.
11.00 Weekend z...
11.15 Wyzwania Wojtka Grodzkiego! – rozr.
12.00 Weekend z...
12.15 Szalone lata 90.
13.00 Weekend z...
13.15 Szalone lata 90. – program muzyczny
14.00 Weekend z... – pr. muzyczny, Pol. 2012
14.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
15.00 Tylko dance – program muzyczny
16.00 Wielkie Festiwale Polo TV – pr. muz.
17.30 Top Star Exclusive – pr. muzyczny, Pol.
19.00 Disco Polo Live – pr. muzyczny, Polska

20.00 Wesela z piekła rodem 2 (2, 3) – serial paradok., Polska 2021
Działania pani Alinki nie przypadają do gustu pracownikom. Krystian mierzy się z prywatnymi kłopotami. Okazuje się, że panną młodą na kolejnym weselu jest jego niegdysiejsza partnerka.
22.00 Imprezownia w Polo TV – program muzyczny, Polska
23.00 Imprezuj z nami – program muzyczny, Polska
0.45 Disco noc w Polo TV! – program muzyczny, Polska

TVN 24

5.55 Powitanie poranka
11.00 Serwis informacyjny
12.10 Drugie śniadanie mistrzów
13.00 Serwis informacyjny
15.15 Ranking Mazura
16.00 Fakty po południu – pr. informacyjny
18.00 Nasze 20-lecie – magazyn
19.05 Serwis informacyjny
19.20 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
20.00 Superwizjer
21.00 Serwis informacyjny
21.30 Czarno na białym – magazyn
22.00 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu
24.00 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
0.45 Czarno na białym
1.30 Maja w ogrodzie
1.50 Akademia ogrodnika
1.55 Superwizjer
2.55 Nasze 20-lecie
3.55 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
5.00 Maja w ogrodzie
5.20 Fakty po Faktach

TVP INFO

7.01 Serwis info
7.11 Wstaje dzień
7.31 Serwis info
7.36 Wstaje dzień
7.59 Serwis info
8.30 W kontrze – mag.
9.15 Salon dziennikarski
9.59 Serwis info weekend
15.00 Debata TVP Info
15.29 Info dzień
16.30 Koronawirus. Szczepionka
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.30 Studio Wschód
18.00 Panorama
18.18 Serwis info weekend
18.30 Kobiecym okiem
18.52 Serwis info weekend
19.30 Wiadomości
19.58 Gość „Wiadomości"
20.13 Minęła dwudziesta
21.00 Nie da się ukryć
21.25 Serwis info weekend
21.50 W tyle wizji
22.25 Serwis info weekend
22.30 W tyle wizji extra
23.00 Magazyn śledczy Anity Gargas
23.25 INFO wieczór
24.00 Wiadomości

POLSAT NEWS

5.00 Stołeczna drogówka
5.20 Z klimatem i z pasją
5.45 Interwencja
6.00 Nowy dzień – inf.
11.00 W rytmie dnia
16.30 Czysta Polska
17.00 W rytmie dnia
17.10 Interwencja – taka jest Polska
18.00 Koronawirus – raport dnia – inf.
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń" – pr. publicystyczny
19.50 Debata tygodnia – pr. publicystyczny
21.00 Raport – program informacyjny
21.50 Wydarzenia
22.30 Dzień na świecie
23.00 Obraz dnia
23.55 Interwencja – taka jest Polska
0.40 Wydarzenia
1.15 Interwencja
1.30 SuperLudzie
1.50 Z klimatem i z pasją
2.10 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
2.35 SuperLudzie

TVP SPORT

8.00 Studio EURO – mag.
9.00 EURObata – mag.
10.00 Studio EURO – mag.
12.00 Mecz dnia – magazyn
13.00 Łączy nas EURO
14.00 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy A: Walia – Szwajcaria
17.50 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy B: Dania – Finlandia
20.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Polska – Brazylia
23.30 EURObata – mag.

EUROSPORT 1

7.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii
8.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
9.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
12.00 Kajakarstwo – PŚ w Pradze
13.15 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
19.30 Żużel – Indywidualne Mistrzostwa Europy
22.30 360 Ascent – film dok.
23.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii

EUROSPORT 2

17.00 Piłka ręczna mężczyzn – Final Four LM: SC Magdeburg – Füchse Berlin
17.55 Piłka ręczna mężczyzn – Final Four LM: Barça Lassa – HBC Nantes
19.40 Kolarstwo
20.00 IndyCar – Wyścig w Detroit
22.00 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
1.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii – 4. etap

POLSAT SPORT

12.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Japonia – Turcja
15.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Chiny – Holandia
17.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Kanada – Serbia
20.00 Siatkówka kobiet – Liga Narodów
20.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Polska – Brazylia
23.30 Cafe Euro – mag., Pol.

POLSAT SPORT EXTRA

11.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Tajlandia – Niemcy
14.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: USA – Belgia
17.50 Koszykówka mężczyzn – Energa Cup: Tunezja – Rosja
20.20 Koszykówka mężczyzn – Energa Cup: Polska – Meksyk
23.00 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Polska – Brazylia

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Sporty walki – KSW 24
8.30 Boks
13.05 Sporty walki
15.30 Boks
17.00 Sporty walki
19.00 Sporty walki – Babilon MMA 16 w Legionowie
19.30 K-1 – Gala Kickboxing Fight Night 1
24.00 Boks – Gala w Carson
2.40 Boks – Gala w Stratford
4.45 Sporty walki – FEN 15

POLSAT PLAY

14.55 Ludzkość – historia nas wszystkich (12)
15.55 Poza kontrolą: Huragan końca stulecia
17.00 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (17-20)
19.00 Pociągi
19.30 Polski lombard Walusia (16)
20.00 Nie mów do mnie śmieciarzu!
20.30 Hardcorowa miłość
21.30 Celebra – Mam to coś
22.00 Polacy za granicą (39)
23.00 Kloszard story (23)

TVN TURBO

16.15 Tajemnice wraków Bałtyku (9)
17.15 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (5)
17.45 Chris i Max na tropie klasyków – pr. rozrywk.
18.45 A8 – autostrada na Zachód (20)
19.45 Ratujemy klasyki (3)
20.30 Pomoc drogowa 24h
21.15 101 gadżetów motoryzacyjnych (9)
21.45 Zawodowi handlarze
22.30 Truckerki (7)
23.30 Garaż leni

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 SuperNews
22.29 Tok Szoł – talk-show
23.00 Polacy w świecie

POLSAT SPORT NEWS

12.07 Piłka nożna – mecz towarzyski
14.05 Sporty walki – KSW
15.10 Kolarstwo – Tour de Suisse – 7. etap
18.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Dominikana – Włochy
22.00 Piłka nożna z archiwum
23.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
1.00 Sporty walki – Babilon MMA 18: Revenge: P. Pawlak – A. Błeszyński

CANAL+ SPORT

9.00 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off
11.00 Tenis – Turniej WTA w Nottingham
17.00 Premierowa jazda
17.30 Koszykówka mężczyzn – NBA
19.30 Kino Mówi Extra
20.30 Oscar Pistorius. Zwycięstwo i upadek (2)
22.00 Magazyn Le Mans Series – mag. sportowy
23.00 Premier League 100
23.30 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off

NSPORT+

13.30 Piłka nożna – Liga hiszpańska
14.25 Piłka nożna – 2. liga hiszpańska: CD Leganes – Rayo Vallecano
16.30 Piłka nożna – PKO BP Ekstraklasa
17.35 Magazyn Le Mans Series – mag. sportowy
18.40 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa mecz: ROW Rybnik – Unia Tarnów
21.00 Koszykówka mężczyzn – NBA
23.00 News+ – magazyn

SOBOTA 12 CZERWCA

13 ULICA

6.00 Dowody zbrodni 2 (10-13)
10.00 Zabójcze umysły 10 (8-10)
12.45 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (19-24)
18.35 Agenci NCIS: Nowy Orlean (1-3)
21.00 Prawie raj (5) – serial kryminalny, USA 2020
22.00 Zaprzysiężeni 11 (14) – serial kryminalny, USA 2020
23.00 Zabójcze umysły 10 (8-14)

KINO POLSKA

6.00 Con amore – melodramat, 1976
8.05 Filip z konopi – kom.
9.50 Dom (1, 2)
13.40 Stawka większa niż życie (11, 12)
16.00 Miś – komedia, 1981
18.20 Daleko od szosy (1)
20.00 Polot – film obyczajowy, 2020
22.00 Sztos 2 – komedia sensacyjna, 2021
0.05 Słodki koniec dnia – dramat obycz., 2018
2.00 Raz, jeszcze raz – kom.

AXN

6.05 Agenci NCIS 13 (5, 6)
8.00 Aniołki Charliego
10.05 Na linii ognia – dramat sens., USA
12.50 28 dni – komedio-dramat, USA 2000
15.00 Godzilla – film SF
17.50 Venom – film SF, 2018
20.00 Spider-Man: Homecoming – film przyg.
22.45 Kokainowy Rick – dramat krym., USA 2018
1.05 Baby Driver – film sensacyjny, 2017
3.15 Agenci NCIS 13 (5, 6)

ROMANCE TV

8.45 Ekstraklasa – komedio-dramat, Niemcy 2018
10.40 Miłość nad fiordem: W świecie kobiet
12.30 Lilly Schönauer: Żako chana w nieznajomym
14.20 Hotel marzeń: Maroko
16.15 Zawsze Wiosna – kom
18.05 Górski lekarz (69)
20.00 Donna Leon: Wpływowi przyjaciele
21.50 Beate Uhse – prawo do miłości
0.15 Katie Fforde: Mama sama w domu

POLSAT FILM

6.15 Górale (53, 54)
7.15 Przyjaciółki (200)
8.15 Rikki prawie bocian
10.00 Tarzan 2 – film anim.
11.35 Księżniczka na lodzie – komedia, USA 1995
13.40 Tomcio Grubasek
15.45 Dobry dinozaur – film
17.50 Opowieści z Narnii: Książę Kaspian – film przygodowy, 2008
21.00 Obcy kontra Predator – horror SF, 2004
23.10 Salt – thriller, USA 2010
1.20 Znaki (7, 8)

TNT

6.00 Zuchy
6.25 Strażnik Teksasu
10.36 Rozterki
12.25 Seks w
ście – kom.
15.19 Podróż do
Ziemi – film
17.06 Podróż na
wyspę – film
18.55 Pierwsza
21.00 Rollerball
22.57 Ali – dramat
2.00 Od zmierzch
do świtu 3

TVN FABUŁA

7.40 Przepis na życie
10.35 Grażyna Torbicka za prasza – mag. filmowy
11.10 Dziewczyny z Hollywood – pr. rozr.
11.20 LEGO Przygoda – film
13.30 Vinci – kom. krym.
15.50 Na pewno, być może
18.20 Johnny English – komedia sensac., 2003
20.00 Geoburza – film SF, USA 2017
22.20 Zielona mila – dramat obyczajowy, USA 1999
2.15 Kiedy gasną światła

FOX

10.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (9-11)
12.50 Mentalista 4 (4, 5)
14.40 Grey's Anatomy: Chirurdzy 17 (16)
15.35 Chicago Fire 9 (15)
16.30 Magnum: Detektyw z Hawajów (1)
17.25 Lucyfer 2 (1-3)
20.10 Ostatni samuraj – dramat kostium., USA
23.10 Wojna światów (5, 6)
1.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9

ID

6.00 Lata 80. Dekada zbrodni
8.00 Celnicy na straży Europy (1-4)
10.00 Wyrok do podważenia
12.00 Pozornie szczęśliwi
14.00 Prywatne śledztwa Tamron Hall
16.00 Żyjąc z potworem
18.00 Mój sąsiad morderca
20.00 Życie w cieniu zbrodni
21.00 Taśmy zbrodni
24.00 Nikt cię nie usłyszy
2.00 Celnicy na straży Europy (1, 2)

POLSAT SERIALE

6.00 Glinlarze (264, 265)
8.00 Niania (15-22)
12.00 Niania 2 (23, 24)
13.00 Przyjaciółki (27-29)
16.00 Komisarz Mama (2) – krym., Polska 2021
17.00 Glinlarze (453-458) – serial paradokum., Polska 2020
23.00 D Train – komedio-dramat, 2015
1.05 Na ratunek 112
3.05 Jednostka 19 (26)
4.00 Ślad (17)
5.00 Sekrety rodziny (71)

TLC

9.00 Kiedy dzieci mają dzieci
11.00 Mistrzowie remontu
12.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy (4)
14.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie
18.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów
19.00 Bawić się jak Amisze
20.00 Wiza na miłość: dalsze losy (2)
22.00 Moje koszmarne stopy
23.00 Dr Pryszczylla
24.00 Seks-wypadki

KINO TV

6.15 Telezakupy
7.15 Bibliotekarze 4 (1)
9.05 Poirot (1)
11.05 Rój – film
12.55 Noe: Wybrany przez Boga – dra
15.50 Wampiry i
– komedia, USA
17.40 Czterej pancern
20.00 Notting Hill –
romantyczna, 19
22.40 Niepokonany 3
pienie – film
0.40 Egzorcysta 3
USA 1990

PARAMOUNT CH.

9.40 Kochając ciebie – film
11.50 Agenci bardzo specjalni – kom. krym.
14.00 Kung Fu Panda – film
16.00 Kung Fu Panda 2 – film anim., USA
17.50 Pokojówka na Manhattanie – komedia romant., USA 2002
20.00 Transformers – film SF, USA 2007
23.00 G.I. Joe: Czas Kobry – film sens., 2009
1.40 Dziewiąte wrota – thriller, 1999

ALE KINO+

8.00 Dosyć
8.15 Tajemnica Henriego Picka
10.05 Happy-Go-Lucky, czyli co nas uszczęśliwia
12.15 Babcia w zamrażarce
14.10 Hot Dog – kom. sens.
16.05 I tak Cię kocham
18.15 Siedem dni – dramat sensacyjny, 2018
20.10 Mąż czy nie mąż? – komedia, Francja 2017
21.55 Gość – thriller, 2014
23.45 Rozdzieleni – dramat
2.00 Dreamland

BBC FIRST

7.30 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (1, 2)
9.10 Z pamiętnika położnej 2 (3-5)
12.10 Doktor Who 5 (13)
13.10 Doktor Who (1)
14.20 Ojciec Brown 7 (7, 8)
16.00 Lewis 2 (1-3)
18.45 Tajemnice Majorki
20.35 Koroner (3)
21.30 Pogoń za miłością (3)
22.30 Nędznicy (4)
23.35 Zapiski młodego lekarza i inne opowiadania

CI POLSAT

14.40 Poprawczak (8)
15.10 Niepodważalne dowody zbrodni 2 (1)
16.05 Krwawe rozstania 4 (4)
17.05 Kobiety, które zabijają 15 (7, 8)
19.05 Kobiety z piekła rodem (1)
20.05 Cała prawda o zbrodni 2 (6)
20.35 Polskie zabójczynie 4
21.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci (8)
22.00 Zabić jak w filmie 2 (8)
23.00 Nawiedzone szpitale

TELE 5

7.00 Autostrada do nieba
8.00 Mango – telezakupy
9.15 Telesprzedaż
11.45 Na osi – mag. motor.
12.25 Droga wolna 2 – mag.
12.50 Autostrada do nieba
17.00 Kabaretowy Szał (2)
18.05 Kabaretowy Szał 3 (45, 46) – pr. rozrywk.
20.05 Byzantium – horror, 2012
22.40 Życie.Po.Życiu – thriller, USA 2009
1.00 Zagrożenie z kosmosu – film SF, 2005

CBS EUROPA

5.55 Wtyczka – film
7.45 Niedziele u Tiffany
9.35 Przeznaczone do
dacji – dramat
11.45 Diuna – film SF, US
14.20 Gamoń – kom., US
16.25 Utalentowany pan
Ripley – dramat
19.05 Było sobie kłamst
– komedia, USA
21.00 Siła muzyki – dra
obyczajowy, USA
22.45 Vanilla Sky – dramat psychologiczny, 20
1.20 Babel – dramat

EPIC DRAMA

11.05 Panna Scarlet i komisarz (5, 6)
13.15 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 3 (1)
15.15 Panna Marple: Morderstwo na plebanii – film krym., USA 2004
17.20 Panna Scarlet i komisarz (5, 6)
19.30 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 3 (1)
21.30 Wiedeńska krew (2)
23.30 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2)
0.25 54 godziny (2)

SCI FI

6.00 Gwiezdne wrota 6 (13-16)
9.50 Grimm (12-17)
15.20 Monster Island – film
17.10 Mythica: Czarownica – film fantasy, USA
19.00 Mythica: Żelazna korona – film fantasy
21.00 Zapowiedź – thriller, 2009
23.25 Guardians: Misja superbohaterów – film sensacyjny, Rosja 2017
1.05 Przygody Merlina 4 (9, 10)

AMC

9.40 Sześciogłowy rekin atakuje – horror SF
11.25 Rekinado 3: O rybia płetwa! – horror SF
13.15 Najlepsi reżyserzy Hollywood 2 – mag. film.
13.45 Mroczne niebo – film
15.35 Młoda krew – thriller
17.25 W jej skórze – dramat
19.30 Miami Vice – film sensacyjny, 2006
22.00 The Replacement Killers – thriller, USA
23.50 Fighting – dramat sensacyjny, USA 2009

AXN BLACK

6.10 Jazda próbna (1) – magazyn motoryzacyjny
6.50 Profil 7 (7, 8)
9.10 Agenci NCIS 13 (17, 18)
11.00 Zagubiona tożsamość 5 (14-16)
13.55 Punkt zapalny (1-3)
17.20 Agenci NCIS 13 (17-20)
21.00 Godzilla – film SF, 1998
23.45 Rysa (1, 2)
1.45 Odpowiednik 2 (7, 8)
4.00 L.A.'s Finest (3, 4)
5.45 Blok promocyjny AXN Black

COMEDY CENTRAL

6.00 Pełniejsza chata 2 (3-5)
7.35 Przyjaciele 3 (1-4)
9.30 Mamuśka 6 (1-5)
11.35 Przyjaciele 3 (5-11)
15.05 Teoria wielkiego podrywu 5 (2-9)
18.40 Przyjaciele 3 (12-15)
20.40 Teoria wielkiego podrywu 5 (10-13)
22.30 Comedy Club 6 (11, 10) ● – pr. rozrywkowy
23.30 Blok Ekipa 4 (3) ●
24.00 Włatcy móch 5 (1, 2)
1.00 Blok Ekipa 3 (13) ●
1.30 Blok Ekipa (1) ●

POLSAT CC EXTRA

6.00 Co ludzie powiedzą? 4 (4-7)
8.50 Co ludzie powiedzą? 5 (1)
9.30 Kabaret na żywo (5, 2
13.30 Niania 9 (3-7)
16.00 Świat według Kiepskich (6-10)
18.30 Spadkobiercy (6, 7)
20.30 Mike i Molly 5 (17, 2
21.30 Przyjaciele 3 (9-13)
24.00 Comedy Club 6 (11, 1
1.00 Drunk History – Pi
tra historii (7, 8) –
2.00 Comedy Club 4 (3, 4

TVN STYLE

13.05 Ach, ten ślub!
14.05 Pary młode ponad miarę
15.05 Rośliny dla zielonych
15.55 Pani gadżet
17.00 Gwiazdy prywatnie
17.30 Zachcianki bogaczy
18.45 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
19.30 Związki z modą
20.30 Apetyt na miłość
21.30 Jak żyją miliarderzy?
22.30 Miłość od kuchni
23.30 Korepetycje z seksu ▶ str. 53

POLSAT CAFÉ

14.00 Nasz nowy dom
15.00 Randka z nieznajomym
16.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
17.00 Spektakularne metamorfozy
18.00 Twarz na zamówienie
19.00 Design Dream. Pojedynek na wnętrza
20.00 Zdrady
21.00 Bogaty dom – biedny dom
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady

HGTV

14.00 Pomysłowe projekty 2
14.30 Dorota was urządzi!
16.00 Zgłoś remont 4
18.00 Remontujemy dom na plaży 3
19.00 Łowcy domów do remontu 13
20.00 Kupujemy dom na plaży 23
20.30 Miasto czy przedmieścia?
21.00 Zamieszkać na plaży 7
22.00 Zgłoś remont 6
23.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 9

CANAL+ DOMO HD

17.00 Wyzwanie – nowe mieszkanie 13 – mag.
17.30 Kupione i co dalej? 3
18.00 Grunt to ogród – mag.
18.30 Daleko od miasta 7
19.00 Lifting wnętrz z Marią Semczyszyn 2 – mag.
19.30 Remont w 48h 11
20.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 4
21.00 Szybcy i twórczy
21.55 Ucieczka z miasta – Australia
0.15 Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 3

FOOD NETWORK

16.10 Kulinarna misja w Malezji – mag. kulinarny
16.40 10 zadań specjalnych Michela Morana
17.10 Gwiazdy od kuchni
18.10 MasterChef Junior
19.40 24 h w kulinarnym piekle – program rozr.
20.45 W życiu nie jadłeś nic lepszego – mag. kulin.
21.15 Kulinarne podróże z Guyem Fierim
22.20 Człowiek kontra jedzenie – mag. kulinarny
23.25 Jedzenie w trasie

CANAL+ KUCHNIA

15.30 ABC gotowania – kuchnia grecka
16.00 Jakubiak rozgryza Polskę
16.30 Poszukiwacze smaków 2
18.30 Top Chef 17
20.20 Anthony Bourdain – miejsca niezna
22.00 Strongman pożera Amerykę
23.00 Silvia Colloca – jak gotują Włosi?
24.00 ABC gotowania – kuchnia grecka

TVN 24 BIS

13.35 Byk i Niedźwiedź
14.00 Drugie śniadanie mistrzów – mag. kult.
15.00 Dokument w TVN24 BIS
17.00 7 dni Unia – pr. publ.
18.00 Horyzont – magazyn
18.30 Fakty
19.00 Fakty po Faktach
19.20 Dokument w TVN24 BIS
20.00 Horyzont – magazyn
22.25 Dokument w TVN24 BIS
23.55 Fakty po Faktach
24.00

POLSAT NEWS 2

13.25 Interwencja
13.45 Państwo w państwie
14.20 #JesteśmyDlaDzieci
15.50 Gość „Wydarzeń"
16.15 Interwencja – taka jest Polska
16.45 #JesteśmyDlaDzieci
18.05 Debata dnia – publ.
18.35 Interwencja – taka jest Polska
19.45 Interwencja
20.30 Państwo w państwie
20.50 Wydarzenia
22.35 Gość „Wydarzeń"
23.05

TVP HD

9.35 Rodzinka.pl
11.10 Makłowicz w podróży
11.45 Okrasa łamie przepisy
12.15 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
13.30 Daleko od szosy
16.25 Na sygnale
16.55 Anything Goes. Ale jazda! – pr. rozr.
17.55 Giganci historii – telet.
18.55 Sekretne życie kotów
19.55 Ranczo 4
22.00 Och, Karol – komedia obycz., Polska 1985
23.50 Alternatywy 4

WP

8.55 Pokochaj lub sprzedaj – wakacyjne domy
11.50 Prosto z grilla – rozr.
12.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver
13.00 Pomysł na dom – rozr.
14.00 Pokochaj lub sprzedaj 7
16.00 Nowy aranż – pr. rozr.
16.35 Zamieszkajmy nad wodą – pr. rozr.
16.55 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3
21.50 Mistrzowie Kabaretu 4
23.00 Mistrzowie Kabaretu 5

ZOOM TV

11.30 Największe zagadki świata
13.10 I love kabaret EXTRA
13.40 I love kabaret – rozr.
15.40 Gang Olsena znowu w akcji – komedia sensac., Dania 1977
17.45 Gang Olsena idzie na wojnę – komedia sensac., Dania 1978
20.00 PitBull – film krym., Polska 2005
22.00 Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
23.00 Magia nagości

TVP KULTURA

15.25 Zaginione skarby
15.40 Zabawna dziewczyna – musical, USA 1968
18.10 Mój czas
18.20 Co dalej?
18.55 Sami Yaffa na tropie dźwięków
20.00 Loveling – dramat obyczajowy, Urugwaj/Niemcy/Brazylia 2018
21.45 Queen – Live in Rio
23.00 Zniknięcie – thriller, Francja/Holandia/RFN 1988
0.55 Co dalej?

PLANETE+

15.00 Zbudujmy to jeszcze raz!
16.00 Jak widzą zwierzęta?
17.00 Ekstremalne krainy
18.00 Świat z góry 7
19.00 Polska z góry 5
19.30 Polska z góry 3
20.00 Obywatelka Fonda – Ameryka według Jane
21.00 Alain Delon jakiego nie znamy
22.00 Charles Bronson – wcielenie męskości
23.00 Witaj w piekle

POLSAT DOKU

16.05 Podróż Magellana: Wyprawa na Wyspy Korzenne
17.15 Hanibal – marsz na Rzym
18.25 Olimpia. Narodziny igrzysk
19.35 Poza kontrolą: Zatopienie pancernika Bismarck
20.50 Poza kontrolą: Katastrofa mostu w Genui
22.00 Katastrofy morskie
24.00 Kolaboranci Hitlera

TRAVEL CHANNEL

13.20 Pascal po polsku
14.05 Skok na weekend
15.05 Porada na weekend
16.05 Kup pan zamek
17.05 Luksusowe życie zwierząt
18.05 COOL gadżet – pr. rozr.
18.35 COOL turyści – pr. rozr.
19.10 Makłowicz w drodze 2
19.45 No to lecę! – pr. rozr.
20.45 Operacja: LOT 2
21.50 Kossakowski. Szósty zmysł. Rosja
23.00 Grenlandia – wyspa skarbów

METRO

14.00 Raport tygodnia – inf.
14.30 W dziczy z Bearem Gryllsem 4
15.30 Wojny magazynowe – Teksas 2
16.30 Ciężarówką przez Stany 3 – pr. rozrywk.
18.00 Parker na złotym szlaku
19.00 Górnicy PL
20.00 Prawdziwa zbrodnia – thriller, USA 1999
22.45 Atak na „Królową" – film sens., USA 2003
0.35 Co za kabaret!

TVP HISTORIA

14.00 Tu wszystko jest Polską
14.30 Dom
16.05 Niezwykłe miasta
17.05 Spór o historię
17.45 07 zgłoś się
19.00 Giganci historii
20.00 Mata Hari
20.55 Rok 1981. Kalendarium
21.10 Historia w postaciach zapisana
22.55 Chinatown – dramat kryminalny, USA 1974
1.05 Migawki historii

DISCOVERY HISTORIA

11.00 Historia komedii, czyli co nas rozśmiesza 2
12.00 Jak świat się śmieje
13.00 Muzealne tajemnice
14.00 Na ratunek starociom
15.00 Wrzesień '39
16.00 Córki przestworzy
17.00 Helios lot nr 522
18.00 Łowcy staroci
19.00 Sekrety i skarby III Rzeszy
20.00 Tyle wspólnych nocy...
22.00 Czas Hitlera
23.00 Łowcy staroci: Renowacje

POLSAT V. HISTORY

6.45 Odlotowe wynalazki
7.10 Wojenne fabryki 2
12.00 Historia odkryta na nowo 2
17.40 Wielka Afryka
18.50 Najdziksza Ameryka Łacińska
19.55 Ameryka: cztery pory roku
21.00 Alianckie skrzydła nad Normandią
22.05 Naziści a lądowanie na księżycu
23.15 Brytyjska rodzina królewska i naziści

HISTORY

9.45 Wojny magazynowe 7
14.00 Wojny magazynowe – Teksas 5
15.20 Gwiazdy lombardu 16
16.15 Roswell: Pierwszy świadek
17.15 Węże z bagien: inwazja
18.10 Skarby z odzysku 2
19.05 Gwiazdy lombardu 18
20.00 Wojny magazynowe – Nowy Jork
21.00 Największe tajemnice świata. Lot 305
23.00 Wykute w ogniu 8

TVP POLONIA

11.45 W krainie baśni
12.15 Przystań
13.00 The Voice Kids 3. Finał
16.00 Kulturalni PL – mag.
17.00 Teleexpress
17.20 Szansa na sukces. Opole 2021 2
19.30 Wiadomości
20.20 Tajemnica twierdzy szyfrów
21.10 Sanatorium miłości 3
22.00 Jak przeżyć wszystko jeszcze raz – The Best of Krzysztof Krawczyk
1.00 Zakochaj się w Polsce

DISCOVERY CH.

12.00 Niezapomniane lata 90.
13.00 Powrót do przeszłości
14.00 Złomowisko PL
15.00 Nic do zgłoszenia
16.00 Bracia Collins biorą się do roboty
17.00 Co zabiło Maradonę
18.00 Estonia
19.00 Zoom na architekturę
20.00 Złomowisko PL
22.00 Asy B klasy
23.00 Celnicy kontra przemytnicy
24.00 Samochody Jaya Leno

DISCOVERY SCIENCE

9.00 Jak to jest zrobione?
12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
14.00 Jak działa wszechświat?
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Na tropie kontaktu z kosmosu
22.00 NASA – archiwum tajemnic
24.00 Jak to jest zrobione?
3.00 Bez śladu

POLSAT V. EXPLORE

11.10 Australijscy poławiacze homarów
15.00 Australijscy poszukiwacze złota 5
16.55 Rzeczne potwory
18.00 Klasyczne – elektryczne
18.55 Demolka na antypodach 2
19.55 Rzeczne potwory 9
21.00 Rzeczne potwory
22.05 Taaaki karp! 5
23.05 Wędkarze ekstremalni 2

DTX

6.00 Królowie asfaltu
7.00 Militaria na warsztat
8.00 Wyprawa po cztery kółka
9.00 Dwa oblicza survivalu
10.00 Łowcy klasyków
11.00 Oldskulowe pojazdy 2
12.00 Ekstremalny off-road
13.00 Pojedynek na tuning
19.00 Alpejscy drwale
20.00 Ekspertki z warsztatu 7
21.00 Auto-naprawa
22.00 Samochód na życzenie
23.00 Brudna robota
24.00 Królowie asfaltu

NOWA TV

12.30 Dom – weź to sprzedaj 2
13.25 Shopping Queens. Królowe Zakupów – rozr.
14.25 Bogaty dom – biedny dom – reality show
16.25 Rolnicy. Podlasie
18.25 Kabaret na żywo
20.15 Demaskator. Poza prawem 2
21.00 W pogoni za zemstą – film sensacyjny, USA 2010 str. 19
23.00 Łatwa dziewczyna – komedia, USA 2010

NATIONAL GEOGR.

10.00 Perfekcyjna demolka
11.00 Niszczycielskie żywioły
13.00 (nie)Zwykłe wynalazki
14.00 Prace wysokiego ryzyka
15.00 Alarm na lotnisku: Peru i Brazylia
16.00 Car S.O.S
17.00 Fabryki smaku
19.00 Zaginione miasta: Tajemnica Stonehenge
20.00 (nie)Zwykłe wynalazki
21.00 Europa z powietrza
23.00 Megastadiony
24.00 Ciemna strona świata

NATIONAL GEO. WILD

11.00 Uwaga! Niezły pies
13.00 Atak rekina
14.00 Powódź w delcie Okawango
15.00 Dzikie wyspy Europy
16.00 24 godziny w dziczy 3
17.00 Lwie królestwo
18.00 Królowa z Serengeti
19.00 Podniebne safari
20.00 Dzika Północ Europy
21.00 Zabójcza dziesiątka: szalone ataki
22.00 Królestwo drapieżników: Rebelia
23.00 Meksyk nieodkryty

BBC EARTH

15.00 Mumie: historie rozwinięte
16.00 Brytyjskie fabryki jedzenia
17.00 W okowach mrozu 2
18.00 W okowach mrozu 3
19.00 Chiny: starodawne królestwo przyrody
20.00 Życie na pustkowiu 2
21.00 Greta Thunberg: rok, by zmienić świat
22.05 Błękitna Planeta 2
23.05 Chirurdzy: na krawędzi życia

CBS REALITY

13.00 Uchwycone kamerą: O krok od tragedii 5
15.00 Rumble & Hum
16.00 Strzegąc granic 8
17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
18.00 Na straży australijskich granic 6
20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 3
20.30 Rutynowa kontrola trzeźwości 4
21.00 Najgroźniejszy morderca świata 5
1.00 Spisane krwią 2

ESKA TV

11.00 Nagrywarka – pr. rozr.
12.00 Co się słucha? – muz.
13.00 Podwójna Gorąca 20
16.00 Przesłuchanie – rozr.
17.00 Jazdy Gwiazdy – rozr.
18.00 Historia jednej piosenki – pr. muz.
19.00 HITY Baby One More Time – pr. muzyczny
19.55 Eska TV info – pr. inf.
20.00 Miejska lista – muz.
21.00 The best of ESKA
22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
23.00 Warsaw Shore

TVP ABC

14.20 Stacyjkowo
14.45 Strażak Sam
15.10 Hało hało!
15.20 Zwierzaki Czytaki
15.40 Yakari
15.55 Przyjaciele z podwórka
16.25 Clifford – wielki czerwony pies
16.55 Kucharz Shane
17.10 Wissper
17.30 Robot Trains
18.00 Mia i Ja
18.30 Zagubiona w Oz
19.00 Wieczornynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

NICKELODEON

7.55 SpongeBob Kanciastoporty 4
9.35 Wielkodomscy
10.00 Harmidom 4
10.50 SpongeBob Kanciastoporty 4
12.50 Harmidom 4
13.40 SpongeBob Kanciastoporty
14.55 Harmidom 4
16.10 Po prostu Kucek
16.35 Harmidom 4
17.00 Plecak Olliego
17.50 Zmiksowana Kally
21.05 Hunter Street 3

CARTOON NETWORK

13.55 Niesamowity świat Gumballa 3
14.54 Młodzi Tytani: Akcja!
15.45 Kicia Rozek 2
16.40 Niesamowity świat Gumballa
17.31 Craig znad Potoku 2
18.00 Młodzi Tytani: Akcja! 5
18.55 Niesamowity świat Gumballa 5
19.25 Niesamowity świat Gumballa 2
19.52 Power Players
20.20 Bakugan: Przymierze wojowników

MINIMINI+

16.35 Noddy: detektyw w krainie zabawek
16.50 Miasteczko dinozaurów
17.00 Dzieciaki straszaki
17.30 Sylvanian Families
17.40 Oli i Luna
17.55 Strażak Sam
18.20 Tomek i przyjaciele
18.35 Tomek i przyjaciele: Tajemnica Niebieskiej Góry – film anim., Wielka Brytania 2012
19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures

TV TRWAM

19.30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Galilejczyk – prezentuje Keith Garner
22.30 Akita 101 łez
23.00 Głos serca

TVP 1

7.00 Transmisja mszy św.
8.00 Tydzień – magazyn
8.30 Zakochaj się w Polsce
9.05 Przyrodnik na tropie (24) – dok.
9.40 Klasztorne smaki
10.55 Słowo na niedzielę
11.00 Msza święta z Jasnej Góry
11.55 Między ziemią...
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią...
12.50 Wadowickie spotkania ze Świętym Janem Pawłem II. Natalia Kukulska – dok., Polska 2020
13.20 Naczelne (3-ost.) – dok., USA/W. Bryt.
14.15 Z pamięci – cykl fel.
14.25 Gra na Maksa (3)
14.35 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy D: Anglia – Chorwacja
17.00 Teleexpress; Pogoda
17.30 Ojciec Mateusz 23 (291) – krym., Pol.
18.30 Jaka to melodia?
19.25 Sport; Wiadomości
20.10 Gra na Maksa (3) – obycz. str. 5

TVP 2

5.20 Barwy szczęścia (2463-2465) – obycz.
6.35 M jak miłość (1570)
7.55 Pytanie na śniadanie
11.45 Dookoła Bałtyku (6) – magazyn kulin.
12.10 Wyjście awaryjne ** – komedia, Polska 1982, reż. Roman Załuski, wyk.: Bożena Dykiel, Maria Gładkowska, Jerzy Michotek (110 min)
14.00 Familiada – telet.
14.40 Koło fortuny (779)
15.25 Szansa na sukces. Opole 2021 (4): Cleo – widowisko, Polska
16.25 Na sygnale (298)
16.55 Gala – Teraz Polska – widowisko, Polska
17.15 Zainwestuj w marzenia 3 (42)
17.20 Gra na Maksa (3)
17.30 Piłka nożna: Euro 2020 – studio
17.50 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy C: Austria – Macedonia Północna
20.15 Gra na Maksa (3)

POLSAT

4.40 Disco Gramy – muz.
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień – pr. inf.
8.55 Świętastyczne kolędowanie – film anim., USA 2010
9.10 102 dalmatyńczyki ** – film przyg., USA 2000 (140 min)
11.30 Epoka lodowcowa 2: Odwilż ** – film animowany, USA 2006 (110 min)
13.20 Jak rozpętałem II wojnę światową (2/3): Za bronią *** – komedia, Polska 1969 (100 min)
15.00 Kapitan Ameryka: Pierwsze starcie ** – film SF, USA 2011, reż. Joe Johnston, wyk.: Chris Evans, Hugo Weaving (160 min)
17.40 Nasz nowy dom (126) – reality show, Polska 2018
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, Pogoda
19.30 Państwo w państwie

TVN

5.25 Ukryta prawda (1038) – paradok.
6.25 Kuchenne rewolucje (8): Piotrków Trybunalski, U Dunina – program rozr., Polska 2015
7.25 Nowa Maja w ogrodzie (14)
7.55 Akademia ogrodnika (14)
8.00 Dzień Dobry TVN
11.30 Patent na dom (1) – pr. rozr., Pol. 2021
12.30 Co za tydzień – mag.
13.10 Rozenek cudnie chudnie (3) – pr. rozr., Pol. 2021
13.45 Zgłoś remont 6 (1) – pr. rozr., Pol. 2020
14.45 Lego Masters (6) – pr. rozr., Pol. 2020
15.50 Starcie tytanów ** – film fantasy, USA 2010 (130 min)
18.00 Totalne remonty Szelągowskiej (8-ost.) – rozr., Pol.
19.00 Fakty
19.25 Sport, Pogoda
19.45 Uwaga! – mag. rep.

TVN 7

5.00 Szpital (730) – serial paradok., Pol. 2017
6.00 Wiza na miłość 6 (22/26) – reality show, USA 2018
7.00 Ukryta prawda (1089) – serial paradok., Pol. 2019
8.00 Kosmiczny wykop – anim., Pol. 2020
8.30 Ukryta prawda (1091, 1092, 1094) – paradok., Pol. 2019
11.35 Brzydula (36-39/55) – serial komediowy, Polska 2008
13.55 Agencie, podaj ** łapę – komedia, USA/Australia 2001 (130 min)
16.05 Akademia ** policyjna 7: Misja w Moskwie – komedia, USA 1994, reż. Alan Metter (105 min)
17.50 Szybko i wściekle ** – film sensacyjny, USA 2009, reż. Justin Lin, wyk.: Vin Diesel (130 min)

TV 4

6.00 Szczeniak ... Scooby-Doo – anim., USA
7.10 Scooby ... Hollywood ** – animowany, 1979 (50 min)
8.00 Dziewczyny z drużyny 3 ** – komedia, USA 2006 (125 min)
10.05 Galileo (843, ... – pr. popularnonaukowy, Polska 2021
12.15 STOP Drogówka
13.15 Gwiazdy Kabaretu (65) – program rozr., Polska 2021
14.25 Szczęki – thriller *** USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk.: Roy Scheider, Robert Shaw, Richard Dreyfuss, Lorraine Gary, Gottlieb (150 min)
16.55 Columbo (2) – ... krym., USA 1971
19.00 Galileo (883) – pr. popularnonaukowy, Polska 2021

20.20 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy C: Holandia – Ukraina

20.20 Pozycja obowiązkowa – komedia, USA

20.00 Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących (72)

20.00 Zabójcza broń 2 *** – film sensacyjny, USA 1989, reż.

20.00 Superseans: Szybcy i wściekli 7 *** – film sensacyjny, USA

20.00 Straszny film 2 ** – horror komed... USA 2001, reż.

23.20 Zakochana jedynka: ** Kincsem. Miłość i hazard – film przygodowy, Węgry 2017, reż. Gábor Herendi, wyk.: Ervin Nagy, Andrea Petrik, Lehel Kovács, Tibor Gáspár, József Gyabronka (135 min)
1.35 Banita – film przyg., ** Kanada/Chiny/USA 2014, reż. Nick Powell, wyk.: Hayden Christensen, Nicolas Cage, Wang Bozhao (100 min)
3.15 Kopciuszek (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2006

2018, reż. Bill Holderman, wyk.: Diane Keaton, Jane Fonda, Candice Bergen, Mary Steenburgen, Andy Garcia, Craig T. Nelson, Ed Begley Jr., Richard Dreyfuss (115 min) str. 18
22.15 Kino bez granic: ** Podróż do Nowej Ziemi – film przygodowy, USA 2005 (145 min)
0.40 Czuwaj – thriller, ** Pol. 2017 (100 min)
2.20 Kawalerskie życie ** na obczyźnie – film obyczajowy, Polska 1992 (115 min)

– pr. rozrywkowy, Polska 2020, reż. Konrad Smuga
22.10 Mały – komedia ** kryminalna, USA 2006, reż. Keenen Ivory Wayans, wyk.: Marlon Wayans, Tracy Morgan, Kerry Washington, Shawn Wayans, Linden Porco, Gabriel Pimentel (125 min)
0.15 Replikant – thriller ** SF, USA 2001, reż. Ringo Lam, wyk.: Jean-Claude Van Damme, Michael Rooker (130 min)
2.25 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

Richard Donner, wyk.: Mel Gibson, Danny Glover, Joe Pesci, Patsy Kensit, Derrick O'Connor, Steve Kahan, Traci Wolfe (145 min)
22.25 Doskonały świat *** – dramat sens., USA 1993, reż. Clint Eastwood, wyk.: Clint Eastwood, Kevin Costner, Laura Dern (180 min)
1.25 Sposób na teściową ** – komedia romant., Niemcy/USA 2005, reż. Robert Luketic, wyk.: Jennifer Lopez (130 min)
3.35 NOC Magii

2015, reż. James Wan, wyk.: Vin Diesel, Paul Walker, Jason Statham, Kurt Russell (175 min) str. 18
22.55 Plan doskonały *** – thriller, USA 2006, reż. Spike Lee, wyk.: Denzel Washington, Clive Owen, Jodie Foster (160 min)
1.35 Druga strona medalu (8-ost.): Alicja Tysiąc – talk-show
2.15 Druga strona medalu 3 (1/8): Mariola Gołota – talk-show
2.50 NOC Magii

Keenen Ivory Wayans, wyk.: Anna Faris, Marlon Wayans, James DeBello, Shawn Wayans, Tim Curry, David Cross (105 min)
21.45 Stephanie – horror ** USA 2017, reż. Akiva Goldsman, wyk.: Frank Grillo, Shree Crooks, Anne Torv (105 min)
23.30 Obserwowani (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
1.25 Gwiazdy Kabaretu (62) – program rozr., Polska 2020
2.25 Disco Polo Life – pr. muz., Pol. 2021

TVP SERIALE

10.50 Ranczo 7 (81)
11.50 Rodzinka.pl (99-101)
13.30 Ojciec Mateusz 14 (176)
14.30 Ranczo 7 (82-84)
17.25 U Pana Boga w ogródku (1/12)
18.20 Akademia Pana Kleksa (1) – Przygoda księcia Mateusza – film przyg., Pol./ZSRR 1983
19.55 Ojciec Mateusz 14 (177, 178)
21.45 Ranczo 7 (85, 86)
23.45 Czas honoru. Powstanie (1)

TVP ROZRYWKA

15.25 Bulionerzy (43, 44)
16.25 Kabaret. Supershow Dwójki (12) – rozr., Pol.
17.30 Wielki test o polskiej husarii – widowisko
18.55 Życie to kabaret
20.40 Postaw na milion
21.40 Giganci historii
22.35 Kazimierz Górski. „Urodziłem się dla piłki" – gala w 100. rocznicę urodzin (1, 2)
0.50 Koło fortuny
1.30 Kabaretowa mapa Polski

STOPKLATKA

11.00 Przygody Merlina (1-3)
14.20 Niekończąca się opowieść – film fantasy, RFN/USA 1984
16.05 Zemsta frajerów – komedia, USA 1984
17.55 Poirot: Po pogrzebie – film kryminalny, Wielka Brytania 2005
20.00 Rob Roy – film przyg., USA/W. Bryt. 1995
22.50 Oko – horror, USA 2008
0.45 Perła w koronie – dramat obycz., Pol. 1971

SUPER POLSAT

10.00 Design Dream. Pojedynek na wnętrza
11.05 Alvin i wiewiórki: Wielka wyprawa – film familijny, USA 2015
12.55 Operacja „Słoń" – film przygodowy, USA 1995
15.10 Mama na obcasach – komediodramat, USA 2004
17.50 Koszykówka mężczyzn: Energa Cup
22.30 Wpół do śmierci 2 – film sens., USA 2007
0.20 Kabaretowa Ekstraklasa

TTV HD

15.45 Express – pr. inform.
16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 14 (16) – rozr.
17.05 Patent na... – mag.
17.45 Express – pr. inform.
18.05 Patent na... – mag.
18.35 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (18)
19.45 Express; Sport
20.05 Orzeł czy reszka? 2 (1)
21.10 Gogglebox. Przed telewizorem 14 (13) – rozr.
22.10 To tylko kilka dni (5)
23.10 Kanapowcy 3
0.10 COOL turyści (1) – rozr.

TVS

9.45 Podróże z wędrownymi motylami
10.20 Film fabularny
12.15 Spotkanie z balladą
14.25 Perły Śląska
15.00 Śląska karuzela
16.00 Koncert życzeń
17.45 Szlagroteka
18.25 Napisała: Morderstwo
19.30 Kuchnia po śląsku
19.50 Top 5 newsów tygodnia silesia flesz
20.00 Szlagierowa lista
22.00 Koncert życzeń
23.45 Śląska karuzela

TV PULS

6.00 Rodzinny interes 3 (108-110) – serial obycz., Polska 2020
8.05 Most do Terabithii – film familijny, USA 2007 (125 min)
10.10 Gol! – dramat obyczajowy, USA 2005 (140 min)
12.30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stoliczku, nakryj się – basń film., Niemcy 2008 (75 min)
14.45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Błękitny ognik – basń filmowa, Niemcy 2010, wyk.: Christoph Letkowski (70 min)
16.55 Ślubne wojny – komedia romant., USA 2009, wyk.: Kate Hudson (115 min) ▶ str. 8
18.50 Pożyczony narzeczony – komedia romantyczna, USA 2011, wyk.: Ginnifer Goodwin (130 min)

20.00 Niedziela z gwiazdami: Parker – film sensacyjny, USA 2013, reż. Taylor Hackford, wyk.: Jason Statham, Jennifer Lopez, Michael Chiklis (135 min)
22.15 **Liberator** – film sensacyjny, USA/Francja 1992, reż. Andrew Davis, wyk.: Steven Seagal, Tommy Lee Jones, Gary Busey (120 min)
0.15 **Nieuchronna sprawiedliwość** – dramat sensacyjny, USA 2014, reż. Giorgio Serafini, James Coyne, wyk.: Cung Le, Dolph Lundgren (120 min)
2.15 **Zobacz to!**

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.15 Redakcja: Dział Śledczy (8)
7.15 Wehikuł czasu
7.20 Pod lupą (7, 8)
8.20 Sekretne życie drapieżników (2)
9.20 Supersamoloty bojowe (1) – dokum.
10.25 Tajna historia XX wieku (3, 4)
11.30 Rolnicy. Podlasie (6, 7) – serial dok., Polska 2021
13.20 Gwiazdy lombardu (16, 18-20) – reality show, USA 2013
15.15 Kryptonim szef (6) – serial dokumentalny, USA 2013
15.55 Najniebezpieczniejsze miejsca świata (6) – program rozrywkowy, USA 2014
17.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (2) – serial dok., Wielka Brytania 2018
18.00 Rolnicy. Podlasie (12, 13) – serial dok., Polska 2021

20.00 Premiera: Rolnicy. Podlasie (14) – serial dokumentalny, Pol. 2021 ▶ str. 23
21.00 **Otyłość – nieznany problem Chin** – film dok., Francja 2019
22.00 **Niewyjaśnione zagadki (5)** – serial dok., Kanada 2018
23.00 **Premiera: Niezwykli ludzie (2)** – serial dokum., USA 2007
0.05 **Tabu (2)** – serial popularnonaukowy, USA 2012
1.05 **Tajna historia XX wieku (1, 2)** – serial dok., Pol. 2014-2016
2.20 **Poszukiwacze historii (8, 9)** – dokum.
3.15 **Rolnicy. Podlasie (21, 22)** – dokum.
5.00 **Kołowrotek (7, 8)**

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muz.
6.15 Weekend w Polo TV
7.00 To hit! – pr. muz.
7.15 Disco Landia – nutki do pobudki – muz.
8.00 To hit! – pr. muz.
8.15 Weekend w Polo TV
9.00 To hit! – pr. muz.
9.15 10 lat Polo TV: Maciek i Edyta – muz.
10.00 Premiera: Wyzwania Wojtka Grodzkiego! – pr. rozr.
11.00 Weekend z...
11.15 Tylko dance – muz.
12.00 Weekend z...
12.15 Koncert życzeń z Teresą Werner – muz.
14.00 Weekend z...
14.15 Dance w Polo TV
14.30 Disco Polo Live
15.30 Weekend z...
15.45 Disco Weekend z Blondi – pr. muz.
17.00 Dance w Polo TV – program muzyczny
17.30 Disco Star – pr. rozr., Polska 2012
19.00 **Moje disco, moje wszystko** – pr. muzyczny, Polska 2019

20.00 Wielkie Festiwale Polo TV – program muzyczny, Polska

Nagrania występów zespołów disco polo. Kamery towarzyszą artystom na koncertach i festiwalach w całej Polsce. Wśród wykonawców nie zabraknie grupy Boys.

21.30 **Wesela z piekła rodem 2 (2, 3)** – serial paradokumentalny, Polska 2021
Podczas kolejnego przyjęcia panna młoda ogląda się za innymi mężczyznami, a ciotki śledzą księdza i pewną kobietę.
23.30 **Miłość w rytmie disco** – serial obycz., Polska 2014

TVN 24

5.55 Powitanie poranka
6.00 Serwis informacyjny
10.45 Kawa na ławę
11.50 Loża prasowa
12.45 Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24
14.00 Serwis informacyjny
16.00 Fakty po południu
17.30 Tokio. Cena sukcesu – pr. publicystyczny
18.00 Serwis informacyjny
18.15 Ranking Mazura
19.10 Serwis informacyjny
19.20 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
19.45 Zawód: dziennikarz
21.00 Kawa na ławę
22.00 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu
24.00 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
0.35 Kawa na ławę
1.50 Maja w ogrodzie
2.15 Akademia ogrodnika
2.30 Loża prasowa
3.30 Rozmowy o końcu świata
3.50 Szkło kontaktowe
4.55 Fakty po Faktach
5.30 Maja w ogrodzie

TVP INFO

7.59 Serwis info
8.30 W kontrze – mag.
9.15 Serwis info
9.50 Woronicza 17
10.59 Serwis info weekend
11.50 Salon dziennikarski
12.30 Serwis info weekend
15.00 Debata Senior ▶ str. 16
15.29 Serwis info weekend
16.00 Oklem wiary
16.29 Koronawirus. Szczepionka
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.30 Teleexpress na deser
17.45 Serwis info weekend
18.00 Panorama
18.18 Serwis info weekend
18.25 Studio Zachód
18.50 INFO V4+ – mag.
19.05 Głębia ostrości
19.30 Wiadomości
19.58 Gość „Wiadomości”
20.13 Minęła dwudziesta
21.00 W pełnym świetle
21.30 Serwis info weekend
21.50 Strefa starcia
23.00 INFO wieczór
23.55 Serwis info weekend
0.03 Wiadomości

POLSAT NEWS

5.00 Stołeczna drogówka
5.20 #JesteśmyDlaDzieci
5.45 Interwencja
6.00 Nowy dzień – inf.
9.00 Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej
9.55 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii
11.00 Cztery strony prasy
11.55 Angelus
12.30 W rytmie dnia
13.30 #JesteśmyDlaDzieci
14.00 W rytmie dnia
16.30 Z klimatem i z pasją
17.00 W rytmie dnia
18.00 Koronawirus – raport dnia – inf.
18.50 Wydarzenia
19.15 Więcej Wydarzeń
19.30 Państwo w państwie – publ.
21.00 Prezydenci i premierzy – publ.
21.50 Wydarzenia
22.30 Dzień na świecie
23.00 Obraz dnia
23.55 Prezydenci i premierzy – publ.
0.40 Wydarzenia

TVP SPORT

12.00 Mecz dnia – magazyn
13.00 Łączy nas EURO
14.00 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy D: Anglia – Chorwacja
17.35 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Polska – Brazylia
19.20 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Tajlandia – Polska
20.50 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy C: Holandia – Ukraina
23.30 EUROwieczór – mag.

EUROSPORT 1

8.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
9.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
18.30 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao
20.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
21.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii – 5. etap
22.30 Kajakarstwo – PŚ w Pradze
0.30 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao

EUROSPORT 2

12.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
15.00 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao
18.00 Piłka ręczna mężczyzn – Final Four LM
20.00 IndyCar – Wyścig w Detroit
21.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
21.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
23.00 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao

POLSAT SPORT

11.30 Boks: S. Stevenson – J. Nakathila
12.30 Piłka nożna – FORTUNA 1. liga
14.30 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Polska – Brazylia
16.20 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Rosja – Kanada
19.20 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Tajlandia – Polska
22.45 Cafe Euro – mag., Pol.
0.30 Sporty walki – KSW

POLSAT SPORT EXTRA

13.20 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Włochy – Holandia
14.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Dominikana – Chiny
17.30 Koszykówka mężczyzn – Energa Cup – mecz o 3. miejsce
20.20 Koszykówka mężczyzn – Energa Cup – mecz finałowy
22.55 Sporty walki: I. Adesanya – M. Vettori
2.00 Boks

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Boks
10.00 GROM – tworzymy historię: 30. rocznica powstania JW GROM (1-8) – magazyn
18.00 Sporty walki: Michał Materla – Scott Askham II
20.20 KOTV Classics – mag.
21.10 Sporty walki: Marina Rodriguez – Michelle Waterson
23.50 Boks
2.00 Sporty walki
4.30 Boks

POLSAT PLAY

13.30 Nie mów do mnie śmieciarzu! (29) – rozr.
14.00 Górale (101)
14.30 Celebra – Mam to coś
15.00 Polacy za granicą (46)
16.00 Policjanci (6, 7)
17.00 Górale
18.00 Polacy za granicą (39)
20.00 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (49, 50)
21.00 Chłopaki do wzięcia
22.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (122)
22.30 Łowca pedofilów
23.30 Więzienie (70, 71)

TVN TURBO

16.00 Brudna robota – czysty zysk – reality show
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (6)
18.00 Służba więzienna (8)
18.45 A8 – autostrada na Zachód (1/20)
19.45 Uwaga! Pirat!
20.30 Raport końcowy (962)
20.45 Polskie pościgi policyjne – pr. rozrywkowy
21.15 Samochód marzeń – kup i zrób (3)
22.00 Zakup kontrolowany
23.00 Borys kontra gadżety

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 SuperNews
22.29 Magazyn kryminalny
23.00 Polacy w świecie

POLSAT SPORT NEWS

14.05 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao
15.40 Kolarstwo – Tour de Suisse – 8. etap
17.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Korea Południowa – Serbia
20.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Niemcy – Brazylia
23.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
1.00 Piłka nożna – Liga Narodów: Holandia – Polska 04.09.2020

CANAL+ SPORT

13.00 Magazyn Le Mans Series – mag. sportowy
14.00 Tenis – Turniej WTA w Nottingham
16.00 Oscar Pistorius. Zwycięstwo i upadek (2)
17.30 Premier League 100
18.00 Premierowa jazda
18.25 Koszykówka mężczyzn – Liga hiszpańska
20.30 Magazyn Le Mans Series – mag. sportowy
21.30 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off
0.15 News+ – magazyn

NSPORT+

11.35 Koszykówka mężczyzn – NBA
13.40 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa mecz: Orzeł Łódź – Arged Malesa Ostrów Wlkp.
16.00 Żużel – PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Moje Bermudy Stal Gorzów
18.45 Żużel – PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – Falubaz Zielona Góra
21.15 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. żużlowy
23.00 News+ – magazyn

NIEDZIELA 13 CZERWCA

13 ULICA

6.00 Dowody zbrodni 4
11.50 Zabójcze umysły 10
13.40 Morderstwa w Midsomer 21 (1)
15.30 Porzucona kość: Aurora Teagarden na tropie – film kryml., Kanada
17.20 Agenci NCIS: Los Angeles (1-4)
21.00 Prawdziwe zbrodnie: Zabójcze kulty (4)
22.00 Prawie raj (5)
23.00 Zaprzysiężeni 11 (14)
24.00 Zabójcze umysły 10
4.00 Hawaii 5.0 9 (19, 20)

KINO POLSKA

7.50 Jaskinia żółwi
8.10 Stawka większa niż życie (11, 12)
10.40 Dom (3, 4)
14.25 Facet (nie)potrzebny od zaraz
16.05 Podejrzani zakochani – kom. romant., 2013
18.20 Daleko od szosy (2)
20.00 Zgorszenie publiczne – kom. romant., 2009
21.50 Bejbi Blues – dramat obyczajowy, 2012
24.00 Sala samobójców – dramat obycz., 2010

AXN

6.00 L.A.'s Finest 2 (13)
7.05 Agenci NCIS 13 (7, 8)
8.55 Na linii ognia – dram.
11.40 Aniołki Charliego
13.40 Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość
15.45 Turysta – film sens.
17.50 28 dni – komedio-dramat, USA 2000
20.00 Super Tata – komedia, USA 1999
21.55 Terminator 3: Bunt maszyn – film SF, 2003
0.10 Rekrut 2 (2)
1.00 Agenci NCIS 13 (5-8)

ROMANCE TV

9.50 Rosamunde Pilcher: O herbacie i miłości
11.45 Inga Lindström: Przystanek Söderholm
13.40 Donna Leon: Wenecki finał – film krym.
15.30 Baśnie 1001 nocy
18.05 Miłość nad fiordem – Pieśń wiatru
20.00 Królowe sekretów (3) – kom. krym., W. Bryt.
21.55 Rosamunde Pilcher: Czar miłości (1, 2)
1.45 Królowe sekretów (3) – kom. krym., W. Bryt.

POLSAT FILM

6.00 Górale (55-57)
7.30 Przyjaciółki (201)
8.30 Rio – film anim., USA
10.35 Noc w muzeum 2 – film przyg., 2009
12.50 Spider-Man – film
15.20 Opowieści z Narnii: Książę Kaspian
18.30 Ant-Man – film SF, USA 2015
21.00 Salt – thriller, USA 2010
23.10 Life – horror SF, USA 2017
1.20 Ultrafiolet (17, 18)
3.15 Gliniarze (89, 90)

TNT

6.00 Strażnik teksasu
12.24 Pogromcy duchów – komedia SF, 1984
14.30 Siedem lat w Tybecie
17.11 Rio Bravo – western, USA 1959
20.07 Aż poleje się krew – dramat obycz., USA
23.14 28 tygodni później – horror, 2007
1.11 Straszny film – horror komediowy, USA 2000
2.50 Dr T. i kobiety – komediodramat, 2000

TVN FABUŁA

9.40 Europa Filmowa 2 (7)
10.40 Grażyna Torbicka zaprasza – mag. filmowy
11.10 Mój przyjaciel delfin 2: Ocalić Mandy
13.30 Niania – film familijny
15.35 Życie od kuchni
17.45 Dorwać Smarta – kom.
20.00 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009
22.45 Nocny uciekinier – dramat SF, USA 2016
1.00 40-letni prawiczek – kom. romant., USA

FOX

9.10 9-1-1: Teksas 2 (14)
10.05 9-1-1 4 (14)
11.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (12, 13)
12.50 Mentalista 4 (6-8)
15.35 Lucyfer 2 (4, 5)
17.25 Wróg publiczny – dramat sensac., USA 1998
20.00 Troja – dramat historyczny, 2004
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9 (11-13)
2.05 Chicago Fire 4 (19, 20)

ID

8.00 Celnicy na straży Europy (5-8)
10.00 Śmierć na drugą zmianę
12.00 Cień wątpliwości
14.00 Głos śmierci
16.00 Niezapomniane zbrodnie
18.00 Więzy krwi
20.00 Oblicza zbrodni
21.00 Nastolatka spalona żywcem
23.00 Więzy krwi
1.00 Celnicy na straży Europy (5-8)

POLSAT SERIALE

8.00 Niania 2 (25-30)
11.00 Niania (31, 32)
12.00 Niania 3 (33)
12.30 Domowe rozgrywki
13.00 Ania z Zielonego Wzgórza (1) – film obyczajowy, 1985
15.05 Weselna niespodzianka – komedia romantyczna, 2016
16.50 Świat według Kiepskich
21.00 D Train – komedio-dramat, 2015
23.20 Skok przez miotłę
1.35 Na ratunek 112

TLC

9.00 Sześć razy córka
11.00 Mistrzowie remontu
12.00 Wiza na miłość: dalsze losy (2)
14.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie
18.00 Salon sukien ślubnych Goka (4)
19.00 Suknie ślubne dla puszystych
20.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy (4)
22.00 Dr Pryszczylla 3
23.00 Moje koszmarne stopy
24.00 Seks-wypadki

KINO TV

5.20 Telezakupy – magazyn
6.20 Bibliotekarze (1, 2)
8.15 Książę i ja: Królewskie wesele – kom. romans.
10.15 Czterej pancerni i pies
12.45 Kod Karola Wielkiego
15.10 Znachor – dramat
18.00 Ocaleni – thriller, 2015
20.00 American Pie – komedia, USA 1999
22.00 Gra w czworokącie – komedia, Fr. 2003
23.50 Świt żywych trupów – horror, USA 2004
1.55 Bestia – sens., 2003

PARAMOUNT CH.

5.00 Pingwiny z Madagaskaru (17-19)
6.25 Podrap mnie w plecy
8.25 Wagabunda
10.45 Zaklinacz deszczu
13.20 Podrap mnie w plecy
15.20 Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta?
17.00 Transformers – film SF, USA 2007
20.00 Cztery pokoje – czarna komedia, USA 1995
22.10 Pulp Fiction – dramat sensacyjny, USA 1994
1.20 Błękitne Hawaje

ALE KINO+

8.15 Kino Mówi Extra
9.15 Miłość bezwarunkowa
10.10 Callas i Pasolini – historia miłości niemożliwej
11.50 Zniewaga – dramat
13.55 Żona do podziału
15.30 Za wcześnie umierać
17.30 Diuna – SF, USA 1984
20.10 Beau Séjour (3, 4) ▶ str. 21
22.15 Objawienie – dramat kryminalny, USA 2016
0.10 Wołyń – dramat wojenny, Polska 2016

BBC FIRST

6.00 Obiady piątkowe 3 (5, 6)
7.00 Obiady piątkowe 4 (1)
7.30 Z pamiętnika położnej 2 (6, 7)
9.30 Atlantyda (11, 12)
11.10 Doktor Who 6 (1-3)
13.50 Ojciec Brown 7 (9, 10)
15.35 Ojciec Brown 8 (1)
16.30 Nowe triki 7 (7, 8)
18.30 Śmierć pod palmami 2 (5-7)
21.30 Nędznicy (4)
22.35 Pogoń za miłością (1-3)
2.00 Nowe triki 7 (7, 8)

CI POLSAT

16.05 Jedno z nas zabije (1)
16.35 Kryminał Wronki (2)
17.05 Mistrzowie zbrodni (3)
18.05 Mój przyjaciel, mój wróg 2 (1)
19.05 Potwór w ludzkiej skórze 2 (9)
20.05 Polskie zabójczynie 4
20.35 Jedno z nas zabije (3)
21.00 Najbardziej szokujące przypadki sądowe 2
22.00 Jak przeżyć zbrodnię
23.00 Brytyjskie tabu 5 (6)
23.55 I nie opuścisz mnie aż do śmierci (8)

TELE 5

7.00 Autostrada do nieba
8.00 Mango – telezakupy
9.15 Telesprzedaż
13.00 Tanner Hall – dramat
15.00 Wskrzeszenie mistrza
17.20 Coś śmiesznego – rozr.
18.00 Kabaretowy Szał (20)
19.00 Nowy Kabaretowy Szał
20.00 Pogrzebana żywcem – horror, USA 2007
22.05 Testament Nobla – thriller, Szwecja 2012
24.00 Na osi – mag. motor.
0.40 Droga wolna 2 (7, 8)
1.30 Świat zwariował 2

CBS EUROPA

6.45 Aniołki taty – film
8.35 Wojny damsko-męskie
10.35 Gamoń – kom., 1985
12.40 Czarodziejka – film
14.25 Doktor Quinn: Serce na dłoni – film obycz.
16.10 Dziewiąte wrota – thriller, 1999
18.40 Julie i Julia – film biograficzny, USA 2009
21.00 Zatańcz ze mną – film obyczajowy, USA 1998
23.30 Prezydent – miłość w Białym Domu – kom.
1.40 Egzorcysta 3 – horror

EPIC DRAMA

14.05 Sprawy Frankie Drake 2
15.00 Detektyw Murdoch 11
15.55 Sprawy Frankie Drake 2
16.50 Detektyw Murdoch 11
17.50 Sprawy Frankie Drake 2
18.45 Detektyw Murdoch 11
19.35 Sprawy Frankie Drake 2
20.30 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2)
21.30 Proces Christine Keeler (1)
22.45 Fotograf śmierci (1)
23.45 Biała księżniczka (3)
1.00 Wiedeńska krew (3)
2.30 Okręt (8)

SCI FI

6.00 Gwiezdne wrota 6
9.50 Grimm (18-20)
12.35 Wynonna Earp 3 (11, 12)
14.25 Wampiry: Dziedzictwo (9, 10)
16.15 DC's Legends of Tomorrow 2 (10-14)
21.00 The Grudge – Klątwa – horror, 2004
23.00 Noc Duchów: Miasteczko strachu – kom. fantasy, USA 2015
1.00 Hellbound: Hellraiser 2 ● – horror, W. Bryt.

AMC

9.30 Rekinado 3: O rybia płetwa! – horror SF
11.20 Najlepsi reżyserzy Hollywood 2 – mag. film.
11.50 Mroczne niebo – film
13.40 Megalodon – horror SF, USA 2018
15.30 Najlepsi reżyserzy Hollywood 2 – mag. film.
16.00 W jej skórze – dramat
18.05 Sekretne ściany – thriller, USA 2010
19.50 Coś – horror SF, 1982
22.00 Opętanie – horror
23.55 Cierń ● – thriller, USA

AXN BLACK

6.00 Punkt zapalny (1-3)
9.20 Agenci NCIS 13 (19, 20)
11.05 Profil 7 (7-10)
16.05 Profil 8 (1)
17.20 Agenci NCIS 13 (21-24)
21.00 Niesamowity Spider-Man – film przygodowy, USA 2012
23.40 Ray Donovan 7 (1, 2) ●
1.45 Agenci NCIS 13 (23, 24)
3.40 L.A.'s Finest (3, 4)

COMEDY CENTRAL

6.00 Pełniejsza chata 2 (6, 7)
7.25 Przyjaciele 3 (16-19)
9.30 Mamuśka 6 (6-10)
11.35 Przyjaciele 3 (20-25)
14.35 Przyjaciele 4 (1)
15.05 Teoria wielkiego podrywu 5 (14-21)
18.40 Przyjaciele 4 (2-5)
20.40 Teoria wielkiego podrywu 5 (22-24)
22.00 Teoria wielkiego podrywu 6 (1)
22.30 Comedy Club 6 (12, 9) ● – pr. rozrywkowy
23.30 Blok Ekipa 4 (4) ●

POLSAT CC EXTRA

6.00 Co ludzie powiedzą? 5 (2-6)
9.30 Kabaret na żywo (3, 4)
13.30 Niania 9 (8-12)
16.00 Świat według Kiepskich (11-15)
18.30 Spadkobiercy (8-10)
21.30 Przyjaciele 3 (14-18)
24.00 Comedy Club 6 (12, 9)
1.00 Drunk History – Pół litra historii (9, 10)
2.00 Comedy Club 4 (5, 6)
3.00 Blok Ekipa (2, 3)
4.00 Włatcy móch 9 (4, 5)
5.00 Mike i Molly 5 (19, 20)

TVN STYLE

13.00 Tu jest pięknie
13.45 10/10
14.15 Inspirujące kobiety
14.45 Jestem z Polski
16.45 No to lecę!
17.45 Jak żyją miliarderzy?
18.45 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
19.30 Związki z modą
20.30 Gwiazdy prywatnie
21.35 Pani gadżet
22.05 Szokujące potrawy. Boliwia
23.05 Kto tu mieszka?
23.50 Apetyt na miłość

POLSAT CAFÉ

13.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
14.00 Nasz nowy dom *
15.00 Demakijaż
15.30 W bliskim planie
16.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
17.00 Skrzywdzone
18.00 Oszukane
19.00 Randki bez cenzury
20.00 Zdrady
21.00 Bogaty dom – biedny dom
22.00 6ry małżeńskie
23.00 Zdrady

HGTV

17.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9
18.00 Remontujemy dom na plaży 3
19.00 Łowcy domów do remontu 13
20.00 Kupujemy dom na plaży 23
20.30 Kupujemy dom nad jeziorem 8
21.00 Nowe życie w starym domu
22.00 Remonty Christiny 2
23.00 Ratując teksańskie domy

CANAL+ DOMO HD

16.00 Pogotowie remontowe Wieśka 4 – mag.
16.30 Home staging – mieszkania do sprzedania 6
17.00 Daleko od miasta 7
17.30 Remont w 48h 11
18.00 Meblokreacje 5
18.30 Wyzwanie – nowe mieszkanie 13 – mag.
19.00 Ucieczka na wieś 19
20.50 Express domowy
21.00 Kupcie sobie zamek!
22.55 Bryan i jego wyspa
23.50 Japońskie ogrody Monty'ego Dona

FOOD NETWORK

13.15 Z gruntu zdrowo ▶ str. 13
14.45 Smakołyki z Fabryki
15.45 Subiektywny ranking smaków – pr. rozrywk.
16.15 Sztuka mięsa – mag.
17.15 Posiekani
18.15 Zawodowcy od grilla
19.20 Wiosenny turniej wypieków – reality show
20.25 Włoska podróż pełna smaków
21.30 MasterChef – pr. rozr.
23.00 Gotowanie na ranczu z Guyem – mag. kulin.

CANAL+ KUCHNIA

18.05 ABC gotowania – kuchnia grecka
18.35 Co je Borowicz na Śląsku?
19.05 River Cottage: Australia 3
20.00 Jakubiak rozgryza Polskę
20.30 Zgrillowani
21.00 Luke Nguyen – kolej przez Wietnam
22.00 Jamie Oliver: po prostu warzywa
23.00 W królestwie kawy
24.00 Top Chef 17

TVN 24 BIS
Horyzont – magazyn
7 dni Unia – pr. publ.
Bąk i Niedźwiedź
Kawa na ławę – mag.
Lista prasowa – publ.
Horyzont – magazyn
Dokument w TVN24 BIS
7 dni Unia – pr. publ.
Fakty
Fakty po Faktach
Superwizjer
Dokument w TVN24 BIS
Maja w ogrodzie

TVP KULTURA
15.50 Międzynarodowy Festiwal Bachowski w Świdnicy
17.15 Niedziela z...
18.05 Nie ma róży bez ognia – komedia obyczaj., Polska 1974
20.00 Do zobaczenia w zaświatach – dramat krym., Fr./Kan. 2017
22.05 Trzeci punkt widzenia
22.40 Zobaczyć głos
0.20 Ziarno prawdy – thriller, Polska 2015
2.15 Schody

TVP HISTORIA
13.05 Dzikie krainy Australii
14.00 W kotle historii
14.30 Dzieje człowieka ubranego
15.05 Dom
16.30 Giganci historii
17.25 Wojownicy czasu
17.55 07 zgłoś się
19.15 Geniusze i marzyciele. Kazimierz Prószyński
20.15 Stulecie na taśmie filmowej
21.20 Król szczurów – dram. wojenny, USA 1965
23.40 Mata Hari

DISCOVERY CH.
14.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
15.00 Ekspedycja na dno Ziemi
16.00 Złomowisko PL
17.00 Nic do zgłoszenia
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty
19.00 Celnicy kontra przemytnicy
20.00 Morze złota 10
21.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
22.00 Przygody truckerki
23.00 Co zabiło Maradonę

NATIONAL GEOGR.
15.00 Tajemniczy świat Majów
16.00 Sekrety armii terakotowej
17.00 Anatomia głupoty
18.00 Ostatni statek niewolników
19.00 DNA maszyn
20.00 Tajemniczy świat Majów
21.00 Bob Ballard: Odkrywca
22.00 Przedziwna planeta Ziemia
24.00 Wyprawa na dno: Bez śladu

TVP ABC
13.50 44 Koty
14.20 Stacyjkowo
14.45 Strażak Sam
15.20 Zaczarowany świat
15.40 Yakari
15.55 Księga Ksiąg
16.25 Clifford – wielki czerwony pies
16.55 Kucharz Shane
17.10 Wissper
17.30 Robot Trains
18.00 Mia i ja
18.30 Zagubiona w Oz
19.00 Wieczorynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

POLSAT NEWS 2
Z klimatem i z pasją
Gość „Wydarzeń"
Z klimatem i z pasją
Cztery strony prasy
Interwencja – taka jest Polska
Z klimatem i z pasją
Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii – pr. publicyst.
Cztery strony prasy
Interwencja
Państwo w państwie
Wydarzenia
Więcej Wydarzeń

PLANETE+
16.00 Zwierzęca moda. Co noszą zwierzęta?
17.00 Ekstremalne krainy
18.00 Świat z góry 7
19.00 Polska z góry 3
19.30 Polska z góry 5
20.00 Najdziwniejsze święta Ameryki
20.55 Życie w vanie – nowy amerykański sen
22.00 Uratować Syberię. Hipoteza Siergieja Zimowa
23.40 Tonąc w plastiku

DISCOVERY HISTORIA
13.00 Maria z Nazaretu
14.00 Łowcy staroci: Renowacje
15.00 Historie lotnicze
17.00 Życie Nelsona Mandeli
18.00 Sekretne historie brytyjskiego wywiadu
19.00 Ameryka: Prawda i mity
20.00 Mroczne stowarzyszenia: Kult nazizmu
21.00 Koleją przez świat 5
22.00 Jak świat się śmieje
23.00 Historia komedii, czyli co nas rozśmiesza 2

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
8.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
10.00 Jak to jest zrobione?
13.00 Niemiecka budowlanka
14.00 Porzucone konstrukcje
16.00 Szyfry i spiski
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Zoom na architekturę
21.00 Tajemnice starożytnych mumii
23.00 Zoom na architekturę

NATIONAL GEO. WILD
11.00 Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej
12.00 Atak rekina 3
13.00 Atak rekina
14.00 Ratownicy z Alaski
16.00 Dzikie miejsca Europy
17.00 Dzika Argentyna
18.00 Wspaniałe Filipiny
19.00 Walki zwierząt
20.00 Powódź w delcie Okawango
21.00 Dzikie wyspy Europy
22.00 24 godziny w dziczy 3
23.00 Uwaga! Niezły pies

NICKELODEON
7.55 SpongeBob Kanciastoporty 5
9.35 Po prostu Kucek
10.00 Wielkodomscy 2
10.25 Harmidom
11.15 SpongeBob Kanciastoporty 5
12.50 Harmidom 4
14.30 SpongeBob Kanciastoporty
16.10 Harmidom 4
17.00 Plecak Olliego
17.50 Zmiksowana Kally
21.05 Hunter Street 3
21.50 Sam & Cat

TVP HD
Makłowicz w podróży
Przystanek slow food
Ranczo 10
Ojciec Mateusz 2
To był rok! – pr. rozr.
The Voice Senior 2. Półfinał – widowisko
Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii
Ojciec Mateusz 25
Noce i dnie
U Pana Boga za miedzą – komedia, Polska 2009
Janosik

POLSAT DOKU
12.20 Poza kontrolą: Zatopienie pancernika Bismarck
13.35 Katastrofy morskie
14.35 Poza kontrolą: Katastrofa mostu w Genui
15.45 Najdziwniejsze restauracje świata 2
16.40 Dzika Rosja – ukryty raj
17.40 Morskie safari
19.40 Świat z góry
22.00 Grecja jest piękna
0.20 Tajna historia XX wieku

POLSAT V. HISTORY
6.05 Celtowie: krew, żelazo i ofiary
8.25 Tajemnice piramid
10.35 Wojenne fabryki
15.25 Wojenne fabryki 2
17.25 Tajemnice sześciu żon
21.00 Pompeje: Przed katastrofą
22.00 Zaginiona armia wikingów
23.05 Czarownice z Salem
0.05 Ostatnia podróż wikingów
1.10 Zaginiona armia wikingów

POLSAT V. EXPLORE
6.00 Rzeczne potwory 9
11.05 Rzeczne potwory
12.15 Klasyczne – elektryczne
13.10 Demolka na antypodach 2
14.10 Australijscy poszukiwacze złota 2
15.10 Australijscy poszukiwacze złota 3
23.35 Klasyczne – elektryczne
0.35 Turkusowa gorączka
5.25 Nefrytowa gorączka 3

BBC EARTH
14.55 Greta Thunberg: rok, by zmienić świat
16.00 Zabójcza pogoda 4
17.00 Cała prawda o zdrowym odżywianiu str. 15
18.00 Mumie: historie rozwinięte
19.00 Błękitna Planeta 2
20.00 Chiny: starodawne królestwo przyrody
21.00 W okowach mrozu 8
22.00 Ostatnie zawody świata
23.00 Planeta Ziemia 2

CARTOON NETWORK
10.40 Toony Tube
10.50 Młodzi Tytani: Akcja! 2
11.40 Toony Tube
11.50 Młodzi Tytani: Akcja!
13.55 Niesamowity świat Gumballa 3
14.54 Młodzi Tytani: Akcja! 2
15.20 Elliott z planety Ziemia
18.55 Niesamowity świat Gumballa
19.52 Power Players
20.20 Bakugan: Przymierze wojowników
21.15 Niesamowity świat Gumballa 4

WP
Pokochaj lub sprzedaj Vancouver
Nowy aranż – pr. rozr.
Chłopak z aplikacji – komedia romant., Kanada 2021
Najśmieszniejsze filmiki świata – pr. rozr.
Zagłada Ziemi
Wyścigi Spartan
Śpiewają, czy udają
1, 2, 3... Kabaret! Sezon 3 – pr. rozr.
1, 2, 3... Kabaret! 2
Mistrzowie Kabaretu

TRAVEL CHANNEL
12.50 Dziwaczne potrawy
13.50 Niezwykłe Stany Prokopa – pr. rozr.
14.50 Operacja: LOT 2
15.50 Makłowicz w drodze 2
16.55 Świat według...
17.30 Biznes na kółkach
18.30 Czy wiesz, że... – rozr.
19.05 Smakuj świat z Pascalem – reality show
19.40 Kup pan zamek
20.10 Szokujące potrawy
22.15 Anthony Bourdain i 7 grzechów głównych
23.20 Dziki Frank w Australii

HISTORY
13.25 Klątwa Wyspy Dębów 8
14.25 Skarby z odzysku 2
15.20 Wykute w ogniu 8
16.15 Zrób to sam: wojny warsztatowe
17.15 Ludzie gór 4
18.10 Warsztat Danny'ego 8
19.05 Wojny magazynowe 8
20.00 Ludzie gór 9
21.00 Wojny magazynowe 9
22.00 UFO: wojskowe biuro śledcze 2
23.00 Tajemnice skute lodem

DTX
6.00 Królowie asfaltu
7.00 Militaria na warsztat
8.00 Wyprawa po cztery kółka
9.00 Terenowe szaleństwo
10.00 Samochód na życzenie
11.00 Auto-naprawa
12.00 Królowie asfaltu
13.00 Będzie pan zadowolony
21.00 Alpejscy drwale
22.00 Łowcy klasyków
23.00 Garażowy duet
24.00 Oldskulowe pojazdy 2

CBS REALITY
8.00 Hardcorowy Lombard
13.00 Uchwycone kamerą: O krok od tragedii 5
15.00 Gwiazdy tatuażu: RPA 2
16.00 Strzegąc granic 8
17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
18.00 Na straży australijskich granic 6
20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 4
21.00 New Scotland Yard Files
1.00 Spisane krwią 2

MINIMINI+
17.00 Dzieciaki straszaki
17.30 Sylvanian Families
17.40 Oli i Luna
17.55 Treasure of Sylvanian Families
18.20 Sylvanian Families – A Town of Dreams
18.35 Strażak Sam i wielki pożar w Pontypandy – film animowany, Wielka Brytania 2013
19.40 Strażak Sam
19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures
20.30 Trojaczki

ZOOM TV
Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
I love kabaret EXTRA
Polowanie na mysz – komedia, USA 1997
Co ludzie powiedzą? Wspomnienia Hiacynty – komedia, Wielka Brytania 1997
Co ludzie powiedzą?
Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
I love kabaret EXTRA
Magia nagości Dania

METRO
17.00 Górnicy PL
18.00 Niezwykłe Stany Prokopa – pr. rozr.
19.00 Złodzieje 2 – magazyn
19.40 Wypad z kraju 3 – rozr.
20.25 Celnicy na straży Europy
20.55 Celnicy na straży Europy 2
21.26 Chyłka – Zaginięcie
22.25 Co za kabaret!
23.30 Bracia z ulicy – film sensacyjny, USA 2018
1.05 Życie na podium
2.10 Fachowcy 2

TVP POLONIA
15.10 Centralne Biuro Humoru – pr. rozr.
16.05 Leśniczówka
17.00 Teleexpress
17.20 Ja wam pokażę!
18.15 Kabaretomaniacy
19.10 Muzyka na dobry wieczór – pr. rozr.
19.30 Wiadomości
20.20 Kazimierz Górski. „Urodziłem się dla piłki"
22.25 Wielki test o piłce nożnej – widowisko
23.45 U Pana Boga w ogródku

NOWA TV
12.35 Dom – weź to sprzedaj 2
13.30 Nagie miasto
14.30 Fabryka jedzenia
16.25 Polacy za granicą
18.25 Kabaret na żywo
20.15 Demaskator. Poza prawem 2
21.00 Łatwa dziewczyna – komedia, USA 2010 str. 19
22.55 Bank – dramat sens., Niemcy/USA/Wielka Brytania 2009
1.20 Więzienie

ESKA TV
11.00 Weekend z Eską TV
13.00 Miejska lista – muz.
14.00 The best of ESKA
15.00 Jazdy Gwiazdy – rozr.
16.00 Co się słucha? – muz.
17.00 Made in Poland
18.00 HITY Baby One More Time – pr. muzyczny
19.00 Szybkie strzały – rozr.
19.55 Eska TV info – pr. inf.
20.00 Polacy za granicą
21.00 Przesłuchanie – rozr.
22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
23.00 Warsaw Shore

TV TRWAM
18.15 Rozmowy niedokończone
19.30 Opowieści biblijne historie animowane z Nowego Testamentu
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Kolory świętości
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.45 Fatimskie orędzie nadziei
22.40 Kazembe
23.00 Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej

TVP 1

5.15 Przysięga (429)
6.05 Elif (997) – obycz.
6.55 Policzmy się dla...
7.00 Transmisja mszy św.
7.30 Okiem wiary – mag.
8.00 Wiadomości; Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.35 Ranczo 10 (130)
9.35 Komisarz Alex 13 (154) – krym., Pol.
10.35 Ojciec Mateusz 18 (233) – krym., Pol.
11.25 Uzdrowisko (1) – telen. dok., Pol.
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes – mag.
12.30 Agropogoda – pr. inf.
12.35 Magazyn rolniczy
12.50 BBC w jedynce: Naczelne (3-ost.) – film dok., USA/Wlk. Bryt. 2020
14.00 Wiadomości; Alarm!
14.30 Gra na Maksa (4)
14.40 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy D: Szkocja – Czechy
17.00 Teleexpress
17.15 Gra na Maksa (4)
17.25 Piłka nożna: Euro 2020 – studio

17.50 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy E: Polska – Słowacja ▶ str. 4 i 23
19.55 Wiadomości; Pogoda
20.30 Gra na Maksa (4) – obycz. ▶ str. 5
20.40 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy E: Hiszpania – Szwecja
23.20 Jack Hunter ** i zaginiony skarb Ugaritu – film przygodowy, USA 2008 (105 min)
1.05 Świat bez fikcji: Kuba – rewolucja od kuchni – film dok., Polska 2020
1.55 Kincsem. Miłość ** i hazard – film przygodowy, Węgry 2017 (130 min)

TVP 2

6.20 Życiowe wybory (1/3): Aborcja – dok.
6.50 Familiada – telet.
7.20 Policzmy się dla...
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – mag.
7.55 Pytanie na śniadanie
10.40 Panorama
10.50 Pytanie na śniadanie
11.20 Policzmy się dla...
11.30 Dziewczyny ze Lwowa (6) – obycz.
12.30 Koło fortuny (780)
13.15 Pensjonat nad rozlewiskiem (1) – obycz., Pol. 2018
14.05 Va banque (113)
14.35 Zainwestuj w marzenia 3 (43)
14.40 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Niemcy – Polska
17.05 Rodzinka.pl (240, 241) – kom.
17.55 Gra na Maksa (4)
18.00 Panorama
18.20 Va banque (114)
18.45 Jackie i Ryan ** – dramat obycz., USA 2014 (100 min)

20.25 Miasto skarbów (1/13) – serial kryminalny, Polska 2017 ▶ str. 21
21.15 Lepsza połowa 2 (17) – serial kom., Pol. 2020 ▶ str. 20
21.50 Krawcowa z Madrytu (12, 13/17) – serial obyczajowy, Hiszp. 2013-2014 ▶ str. 20
23.50 Jak uratowałem Kanadę ** – komedia, Kanada 2015, reż. Philippe Falardeau, wyk.: Patrick Huard (115 min)
1.45 Warto kochać (61) – serial obyczajowy, Polska 2006
2.40 Podróż do Nowej Ziemi ** – film przyg., USA 2005 (135 min)

POLSAT

4.40 Disco Gramy – muz.
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklam.
6.00 Nowy dzień – pr. inf.
8.40 Malanowski i partnerzy (242, 243) – fab.-dok., Pol. 2010
9.40 Sekrety rodziny (150) – paradok., Pol. 2020
10.40 Dlaczego ja? (477) – paradok., Pol. 2013
11.40 Gliniarze (530) – paradok., Pol. 2021
12.50 Wydarzenia
13.25 Interwencja – mag. reporterów
13.40 Trudne sprawy (824) – paradok., Pol. 2018
14.40 Dlaczego ja? (990) – paradok., Pol. 2020
15.50 Wydarzenia; Pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.35 Gliniarze (475) – paradok., Pol. 2020
17.40 Sekrety rodziny (181) – paradok., Pol. 2021
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń" – pr. publicystyczny
19.45 Sport, Pogoda

20.00 Megahit: ** Transformers: Zemsta Upadłych – film SF, USA 2009, reż. Michael Bay, wyk.: Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson, John Turturro, Ramon Rodriguez, Kevin Dunn (195 min)
23.15 Lara Croft: Tomb ** Raider – film przyg., Wlk. Bryt./Niem./USA/Jap. 2001 (145 min)
1.40 Gwiezdne wojny: *** Przebudzenie Mocy – film SF, USA 2015, reż. J.J. Abrams, wyk.: Daisy Ridley, John Boyega, Adam Driver (135 min)

TVN

5.20 Nowa Maja w ogrodzie (15)
5.50 Akademia ogrodnika (15)
6.00 Ukryta prawda (1192) – paradok.
7.00 Kuchenne rewolucje (9): Łańcut, Dymarka – rozr., Polska 2015
8.00 Dzień Dobry TVN
11.35 Top 10 Playera (2) – pr. rozr., Pol. 2021
11.45 Ukryta prawda (932, 1193, 772)
14.55 Szpital (427) – serial
16.00 LAB (15) – krym.
17.00 Kuchenne rewolucje (1): Sandomierz, Cubanita – program rozr., Polska 2015
18.00 Ukryta prawda (933)
19.00 Fakty
19.25 Uwaga! Koronawirus (368)
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – mag. rep.
20.10 Doradca smaku (19)
20.15 Na Wspólnej (3238) – obycz. ▶ str. 5 i 21
20.55 Milionerzy (378)

21.30 Okrucieństwo ** nie do przyjęcia – czarna komedia, USA 2003, reż. Joel Coen, wyk.: George Clooney, Catherine Zeta-Jones, Edward Herrmann, Billy Bob Thornton, Geoffrey Rush (130 min)
23.40 Ósma strona *** – dramat polityczny, Wielka Brytania 2011, reż. David Hare, wyk.: Bill Nighy, Rachel Weisz (130 min)
1.50 Co za tydzień – magazyn kult., Polska 2021
2.35 Strzelec 2 (8-ost.) – sens., USA 2017
3.35 Uwaga! – mag. rep.
3.55 NOC Magii

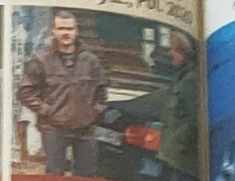
TVN 7

5.40 Szpital (733) – serial
6.40 Idealna niania 2 (5/11) – reality show, Polska 2013
7.25 Zakochani po uszy 5 (352) – telen., Pol.
8.00 Ukryta prawda (1097-1099) – serial paradok., Pol. 2017
11.00 Szpital (734) – serial paradok., Pol. 2017
12.00 Szkoła (619) – serial paradok., Pol. 2018
13.00 19+ (578, 579) – paradok., Pol. 2021
14.00 Sąd rodzinny (168) – serial fab.-dok., Polska 2009-2011
15.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (606) – fab.-dok., Pol. 2011
16.00 Ukryta prawda (902) – paradok., Pol. 2018
17.00 Idealna niania 2 (7, 8/11) – reality show, Polska 2013
18.30 Brzydula (40, 41/55) – serial komediowy, Pol. 2008 ▶ str. 21
19.30 Zakochani po uszy 5 (353) – telenowela, Pol. 2021 ▶ str. 21

20.00 Na bank się uda ** – komedia krym., Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk.: Marian Dziędziel, Lech Dyblik, Adam Ferency, Maciej Stuhr (145 min)
22.25 Obecność 2 *** – horror, Kan./USA/Wlk. Bryt. 2016, reż. James Wan, wyk.: Patrick Wilson (165 min)
1.10 Trzy noce z duchami 2 (1/13): Oliver House – serial dok., USA 2017
2.15 Druga strona medalu 2 (1/7): Aneta Krawczyk – talk-show
2.45 NOC Magii

TV 6

6.00 Gliniarz i prokurator 4 (9) – krym., Pol. 2020
7.00 Strażnik Teksasu (115) – obycz., Polska 2013
8.00 Nasz nowy dom (115) – obycz., Polska 2013
9.00 Pierwsza miłość (3278) – serial obycz., Polska 2013
9.50 Święty (10) – kom., Polska 2020
10.20 Fabryka jedzenia (19, 20) – serial dok., Kanada 2015
11.20 Detektywi w akcji (73) – fab.-dok.
12.20 Kobra – oddział specjalny (11) – sens., Niem. 2016
13.25 STOP Drogówka – magazyn policyjny
15.30 Hardkorowy lombard (158-160) – dok., USA 2014
17.00 Septagon (76) – krym., Polska 2020
18.00 Kochane pieniądze (21) – paradok., Pol. 2020
19.00 Policjantki i Policjanci (731) – obycz., Pol. 2020



20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (458) – serial kryminalny, Polska 2020
21.05 Columbo (2) – serial krym., USA 1990
23.05 Wzór (38) – serial krym., USA 2006
0.10 Śmierć na 1000 sposobów (8-10) – serial dokumentalny, USA 2009
1.30 Połączeni (5, 4) – program rozrywkowy, Polska 2020
1.50 Pęknięsz ze śmiechu (3) – pr. rozr., Wlk. Bryt. 2015
2.50 SuperLudzie (10, 11) – serial dokumentalny, Polska 2017
3.50 Trans World Sport – magazyn sportowy

TVP SERIALE

12.20 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze (3)
12.40 Rodzinka.pl (202, 203)
13.45 Ojciec Mateusz 14 (179, 180)
15.35 Komisarz Alex 14 (170)
16.25 Komisariat (6)
16.55 Na sygnale (64)
17.30 Ranczo 7 (85, 86)
19.20 Zainwestuj w marzenia 3 (42)
19.30 Ojciec Mateusz 14 (181)
20.25 Ojciec Mateusz 19 (250)
21.25 Ranczo 7 (87, 88)
23.20 Ojciec Mateusz 14 (182)

TVP ROZRYWKA

11.40 Familiada – teleturniej
12.20 Postaw na milion
13.20 Kabaretowa mapa Polski – rozr., Pol. 2015
16.20 Życie to kabaret
18.25 Okrasa łamie przepisy
18.55 Makłowicz w podróży
19.30 Gra słów. Krzyżówka
19.55 Va banque – telet.
20.35 Postaw na milion
21.30 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
22.30 Anything Goes. Ale jazda! (11, 12) – rozr.
0.35 Koło fortuny – telet.

STOPKLATKA

13.15 Katastrofy w przestworzach (105, 106)
15.25 Znaki destrukcji – film SF, USA/Kanada 2014
17.05 Chicago Fire 4 (22)
17.55 Wojny magazynowe: Kanada 2 (7-10)
20.00 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych – film sensacyjny, Francja/Kanada 2014
22.00 Detoks – thriller, USA/Niemcy 2002
0.05 Wzgórza mają oczy 2 ● – horror, USA 2007

SUPER POLSAT

11.00 Nasz nowy dom (190)
12.00 Niania (77, 78)
13.00 Chirurdzy (301, 302)
15.00 Top Chef
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 2 (7)
18.00 Nasz nowy dom (191)
19.00 Świat według Kiepskich (517, 518)
20.05 Tysiąc słów – kom., USA 2012
22.00 Mama na obcasach – komediodramat, USA 2004
0.30 Miasto długów (5, 9)

TTV HD

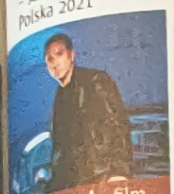
16.05 Królowe życia 5 (5)
16.55 Wyburzacze (1) – rozr.
17.45 Express – pr. inform.
18.05 COOL turyści (1) – rozr.
18.35 Gogglebox. Przed telewizorem 13 (13) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 To tylko kilka dni (5)
21.05 It's my life! To moje życie – reality show
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (1) – rozr.
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 9 – rozr., Pol.

TVS

15.30 Serial komediowy
16.00 Silesia flesz; Pogoda
16.15 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
17.15 Srebrne Katowice
17.30 Pasmo ciekawostek
17.45 Silesia flesz
17.55 Spotkanie z balladą
18.55 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
20.00 Silesia flesz; Pogoda
20.20 Napisała: Morderstwo
21.25 Gwiazda szeryfa
22.25 Perły Śląska
23.00 Silesia flesz; Pogoda

TV PULS

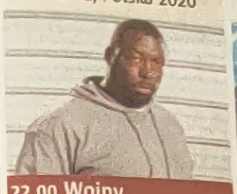
Zbuntowany anioł (96) – telen., Argentyna 1998-1999
Lombard. Życie pod zastaw 4 (174) – serial obyczajowy, Polska 2019
Lombard. Życie pod zastaw 8 (366) – serial obyczajowy, Polska 2021
Rodzinny interes 3 (130) – serial obycz., Polska 2020
Zbuntowany anioł (81, 82) – telen., Argentyna 1998-1999
Zaklinaczka duchów 3 (54, 55) – fantasy, USA 2007
Lombard. Życie pod zastaw 4 (175, 176) – serial obyczajowy, Polska 2019
Rodzinny interes 3 (112, 113) – serial obycz., Polska 2020
Lombard. Życie pod zastaw 8 (368, 369) – serial obyczajowy, Polska 2021



60 sekund – film sensacyjny, USA 2000, reż. Dominic Sena, wyk.: Nicolas Cage, Angelina Jolie, Giovanni Ribisi, Christopher Eccleston (135 min)
Maczeta zabija – film sensacyjny, Rosja/USA 2013, reż. Robert Rodriguez, wyk.: Danny Trejo, Mel Gibson, Demián Bichir, Amber Heard (125 min)
Maczeta – film sensacyjny, USA 2010, reż. Robert Rodriguez, Ethan Maniquis, wyk.: Danny Trejo, Robert De Niro (135 min)
Zobacz to!

FOKUS TV

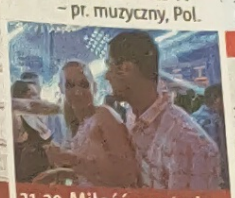
6.00 Wehikuł czasu
6.15 Redakcja: Dział Śledczy (9)
7.15 Wehikuł czasu
7.20 Pod lupą (9, 1)
8.25 Poszukiwacze historii (5) – dokum.
8.45 Drwale (21, 1)
10.45 Łowcy opali (9)
11.45 Starożytni kosmici. Ostateczny dowód (8) – serial dokumentalny, 2015
12.40 Handlarze historią (6) – pr. rozr., Wielka Brytania 2018
13.35 Wojny magazynowe (1-4) – reality show, USA 2012
15.35 Kryptonim szef (1, 2) – serial dokumentalny, USA 2016
17.20 Łowcy opali (9) – serial dokumentalny, Australia 2019
18.05 Starożytni kosmici (13, 14) – serial dokum., USA 2016
20.00 Rolnicy. Podlasie (13, 14) – serial dok., Polska 2020



22.00 Wojny magazynowe (7, 8, 10, 9, 11) – reality show, USA 2015 str. 23
0.25 Podwodna wojna (3) – serial dokum., Kanada 2016-2018
1.20 Misja skarb (6) – mag. popularnonaukowy, Pol. 2019
2.20 Poszukiwacze historii (7, 8) – serial dokumentalny, Polska 2019
3.05 OSP. Na ratunek! (4) – serial dokumentalny, Polska 2019
4.00 Kołowrotek (7, 8) – magazyn wędkarski, Polska 2018
5.00 Tajna historia XX wieku (11, 12) – serial dok., Polska

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muz.
6.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
7.00 To hit! – pr. muz.
7.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
8.00 To hit! – pr. muz.
8.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
9.00 To hit! – pr. muz.
9.15 Disco Weekend z Blondi – pr. muz.
10.45 Tylko dance – muz.
12.00 To hit! – pr. muz.
12.15 Tylko dance – muz.
13.00 To hit! – pr. muz.
13.15 Tego słuchacie
14.30 I love disco – muz.
15.15 Selfie z fanem
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
17.00 Top Star Exclusive – pr. muzyczny, Pol.
18.30 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
19.00 Videomix – pr. muzyczny, Polska 2012
20.00 Archiwum Polo TV – pr. muzyczny, Pol.



21.30 Miłość w rytmie disco – serial obycz., Polska 2014

Zwariowane perypetie trójki przyjaciół, którzy pracują w jednym z nocnych klubów w Warszawie – barmana Pawła, kelnerki Nikoli oraz ochroniarza Dara.

22.45 Disco Relax – magazyn muzyczny
Tomasz Samborski rozmawia z gwiazdami, przedstawia teledyski, a także zapowiada walki klipów.
23.45 I love disco – pr. muzyczny, Polska
1.00 Disco noc w Polo TV! – pr. muzyczny, Pol.

TVN 24

5.55 Powitanie poranka
6.00 Serwis informacyjny
7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.
7.45 Serwis informacyjny
15.00 15 na żywo
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
20.00 Kropka nad i
20.30 Czarno na białym – magazyn
21.00 Polska i świat
22.00 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu
23.40 Bilans dnia
24.00 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
0.40 Kropka nad i
1.15 Tak jest – pr. publ.
2.15 Maja w ogrodzie
2.35 Akademia ogrodnika
2.40 Kropka nad i
3.10 Szkło kontaktowe
4.15 Polska i świat
5.00 Maja w ogrodzie
5.25 Akademia ogrodnika
5.30 Fakty po Faktach

TVP INFO

7.50 Agrobiznes
7.55 Agropogoda
8.00 Jedziemy dalej
8.15 Serwis Info
8.18 Minęła ósma
9.00 Serwis Info
9.11 Minęła dziewiąta
10.00 Serwis Info
12.00 Info Raport
13.29 Serwis Info
15.29 Info dzień
16.30 Koronawirus. Szczepionka
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.30 O co chodzi
18.00 Panorama
18.19 Serwis Info
18.35 O tym się mówi
19.30 Serwis Info
19.58 Wiadomości
20.24 Gość „Wiadomości"
20.39 Minęła dwudziesta
21.25 Nie da się ukryć
21.50 W tyle wizji
22.25 Serwis Info
22.30 W tyle wizji extra
23.00 INFO wieczór
23.29 W akcji
23.55 Serwis Info
0.03 Wiadomości

POLSAT NEWS

5.00 Stołeczna drogówka
5.20 Z klimatem i z pasją
5.45 Interwencja
6.00 Nowy dzień – inf.
7.40 Graffiti – pr. publ.
8.00 Nowy dzień – inf.
9.00 W rytmie dnia
12.50 Wydarzenia
13.30 W rytmie dnia
15.50 Wydarzenia
16.10 Więcej Wydarzeń
16.30 Godziny szczytu
18.00 Punkt widzenia
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń"
19.50 Debata dnia
21.00 Raport – pr. inf.
21.50 Wydarzenia
22.30 Dzień na świecie
23.00 Obraz dnia
23.45 Biznesowy obraz dnia – pr. inf.
0.05 Gość „Wydarzeń"
0.25 Wydarzenia
1.00 SuperLudzie
1.20 Interwencja
1.35 Łowca pedofilów
2.00 Z klimatem i z pasją
2.20 SuperLudzie
2.40 Stołeczna drogówka

TVP SPORT

8.00 Studio EURO – mag.
9.00 EURObebata – mag.
10.00 Studio EURO – mag.
12.00 Mecz dnia – magazyn
13.00 Łączy nas EURO
14.00 Klub reprezentanta
15.00 Piłka nożna – Euro 2020 – studio
17.50 Piłka nożna – Euro 2020 – grupa E: Polska – Słowacja str. 4
23.30 EUROwieczór – mag.
0.05 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy E: Polska – Słowacja

EUROSPORT 1

14.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
16.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
19.30 Head to Head – mag.
20.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
21.00 Żeglarstwo – Volvo Ocean Race
21.35 Łucznictwo – ME – Antalya 2021
22.30 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao
23.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii

EUROSPORT 2

14.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
16.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
18.30 Motocross – MŚ w Orlyonoku
19.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
21.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria sław Barcelona 1992 – magazyn
22.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
24.00 Snooker – Turniej UK Championship

POLSAT SPORT

11.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Rosja – Serbia
14.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Niemcy – Polska
17.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: Korea Południowa – Kanada
20.50 Siatkówka kobiet – Liga Narodów: USA – Turcja
22.45 Cafe Euro – mag., Pol.
0.30 Sporty walki – Gala KSW

POLSAT SPORT EXTRA

6.00 Piłka nożna z archiwum
8.30 Koszykówka mężczyzn – Energa Cup – finał
11.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
13.00 Tenis – Turniej ATP w Londynie – mecz 1. rundy
21.00 Koszykówka mężczyzn – Energa Cup – mecz finałowy
23.00 Piłka nożna z archiwum
1.00 Boks

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Sporty walki
10.05 Boks
13.10 Atleci – magazyn
13.35 Sporty walki
16.45 Boks
20.25 Sporty walki – walka: Dominick Reyes – Jiri Prochazka 01.05.2021
22.20 Boks – Gala w Olsztynie – waga półciężka: Dariusz Sęk – Farouk Daku 10.05.2013
2.15 Sporty walki
5.40 Sporty walki – Gala KSW 28

POLSAT PLAY

Hardkorowy lombard 3 (36-39)
Łowcy nazistów (8, 9)
Więzienny świat (1, 2)
Hardkorowy lombard 3 (40-43)
Górale (72-75)
Poszukiwacze historii
Kroniki Hitlera (11)
Poszukiwacze historii
Tajna historia XX wieku (25)
Polski lombard Walusia (17)
Budowlańcy (40)

TVN TURBO

13.45 Zakup kontrolowany
14.45 Samochód marzeń – kup i zrób (3)
15.45 Zawodowi handlarze
16.30 Uwaga! Pirat! (6)
17.15 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo
18.15 Ciężarówką przez Afrykę (6)
19.15 Królowie złomu (3)
20.15 Pomoc drogowa 24h
21.00 Wojny samochodowe
22.00 Raport Turbo
22.15 Służby ratownicze (4)
23.00 Zawodowi handlarze

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 SuperNews
22.29 Tok Szoł – talk-show
23.00 Interwencja

POLSAT SPORT NEWS

9.07 Kolarstwo – Tour de Suisse – 8. etap
12.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Holandia – Dominikana
15.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Chiny – Włochy
19.20 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Brazylia – Tajlandia
22.00 Magazyn Fortuna 1. ligi – mag. piłkarski
23.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów

CANAL+ SPORT

13.00 Premierowa jazda
13.30 Wysoki Pressing
14.35 W cieniu wielkich skoczni – film dok.
16.00 Ekstraklasyka (11)
16.40 Wysoki Pressing
17.45 Basket+
18.00 Boks: Luis Nery – Brandon Figueroa
20.00 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off
22.00 Twardzielki – dok.
23.00 Basket+
23.15 Czarny charakter
24.00 News+ – magazyn

NSPORT+

14.00 News+ – magazyn
14.55 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. żużlowy
16.40 Wysoki Pressing
17.40 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa mecz: Orzeł Łódź – Arged Malesa Ostrów Wielkopolski
20.00 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa: Cellfast Wilki Krosno – Zdunek Wybrzeże Gdańsk
22.00 Magazyn Le Mans Series – mag. sportowy
23.00 News+ – magazyn

13 ULICA
9.50 Zabójcze umysły 10
11.00 Agenci NCIS: Nowy Orlean (3, 4)
13.30 Chicago PD 6 (10)
14.25 Dowody zbrodni 4 (10, 11)
16.15 Zabójcze umysły 10
18.15 Agenci NCIS: Nowy Orlean (5, 6)
20.05 Chicago PD 6 (11)
21.00 Agenci NCIS: Los Angeles (9, 10)
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (14)
24.00 Chicago PD 6 (11)

KINO POLSKA
6.00 [illegible]
6.30 Telesprzedaż
7.45 Komedia małżeńska
9.50 Trzeba zabić tę miłość
11.55 Telesprzedaż
12.15 [illegible]
12.40 Klątwa Doliny Węży
14.30 Kabaretowy mix
16.05 Daleko od szosy (3, 4)
20.00 [illegible] – film historyczny, 2016
23.50 Układ zamknięty – dramat sensacyjny, 2013
2.10 Facet (nie)potrzebny od zaraz

AXN
6.20 The Good Doctor 2
8.50 Agenci NCIS 14 (8, 9)
10.05 Agenci NCIS: Los Angeles 11 (9, 10)
12.00 Rekrut (10, 11)
13.50 Aniołki Charliego
15.55 Baby Driver – film
18.15 Seal Team 4 (16)
19.05 MacGyver 4 (1)
20.00 S.W.A.T. 4 (8)
21.00 Kokainowy Rick – dramat krym., USA 2018
23.20 Człowiek demolka – film sens., USA 1993
1.25 Agenci NCIS 14 (9)

ROMANCE TV
12.30 [illegible] dzieci
14.25 Królowe sekretów (2) – Winylowy morderca – kom. krym., W. Bryt.
16.20 Ratując Madison
18.05 Wszystko w najlepszym porządku – kom.
20.00 Oszust matrymonialny i jego żona – komedia, Niemcy 2012
21.55 Wszystko dla pań (160)
22.50 Jesteście oczywiście zaproszeni
0.45 Oszust matrymonialny i jego żona – kom.

POLSAT FILM
6.00 [illegible] i inne opowieści Bieszczadu (49-51)
7.30 Nasz nowy dom (137)
8.30 Przyjaciółki (99, 100)
10.30 Świat według Kiepskich
12.05 [illegible]
13.55 Noc w muzeum 2 – film przyg., 2009
16.10 Ant-Man – film SF
18.40 Cudowny dzień – komediodramat, Hiszp.
21.00 Life – horror SF, 2017
23.10 48 godzin – komedia sensacyjna, USA 1982
1.10 Gliniarze (93, 94)

TNT
6.05 Zuchy …
8.11 Doktor Quinn …
10.05 Domek na prerii …
12.04 Domek na prerii …
14.02 Doktor Quinn …
15.57 Strażnik Teksasu …
18.44 Na pomoc …
20.44 Walkiria – dramat wojenny, 2008
23.00 Czarny Grom – … sensac., USA …
0.52 Kill Bill – film sensacyjny, USA …
2.58 Dzikie żądze – thriller, USA 1998

TVN FABUŁA
12.20 Zakochani po uszy 4
13.25 Singielka (40, 41)
14.30 Diagnoza (10)
15.30 Przepis na życie 2 (2)
16.30 Pokolenie mistrzów
17.00 Szkoła filmowa – mag.
17.30 Zawieruchy przepis na kino – pr. rozrywk.
17.55 LEGO Przygoda – film
20.00 Na pokuszenie – thriller, USA 2017
21.55 Kasamowa – komedia sensacyjna, USA 1997
23.55 To skomplikowane – komedia, USA 2009

FOX
11.45 White Collar: Biały kołnierzyk 5 (1)
12.50 Mentalista 4 (9, 10)
14.40 Lucyfer 2 (6)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5
16.30 Chicago Fire 9 (2, 3)
18.20 Chicago Med (6, 7)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9
21.05 Wojna światów (7, 8)
22.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9
1.40 Kości 11 (9, 10)
3.30 Lucyfer 2 (6)

ID
8.00 Dla ciebie bym zabił
10.00 Odkrywając zło
12.00 Lata 80. Dekada zbrodni
14.00 Wyrok do podważenia
16.00 Mój sąsiad morderca
18.00 Prywatne śledztwa Tamron Hall
21.00 Przeklęty hotel
22.00 Viralowe zbrodnie
23.00 Proces na gorąco
1.00 Czarna Wdowa z północy
3.00 Prywatne śledztwa Tamron Hall

POLSAT SERIALE
6.00 Gliniarze (268-270)
9.00 Przyjaciółki
13.00 Niania (35-38)
15.00 Świat według Bundych (204, 205)
16.00 Świat według Kiepskich (386-389)
18.00 Gliniarze (311)
19.00 Malanowski i partnerzy (772, 773)
20.00 Mayday (2)
21.00 Skok przez miotłę – komedia, USA 2011
23.30 Furia – thriller, 2010
1.45 Na ratunek 112

TLC
7.00 Historie wielkiej wagi
9.00 Wiza na miłość (15)
11.00 Dr Pryszczylla
12.00 Kiedy dzieci mają dzieci
13.00 Sześć razy córka (14)
14.00 Wiza na miłość (16)
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Dr Pryszczylla
19.00 Mistrzowie remontu
20.00 Bawić się jak Amisze
21.00 Wiza na miłość: dalsze losy (3)
23.00 Dr Pryszczylla 3
24.00 Nie do uwierzenia!

KINO TV
6.45 Telezakupy – …
8.00 Komisarz Rex (9)
9.00 Narzeczona dla …
11.10 Poirot (4)
13.10 Córka mojego szefa – komedia, USA …
15.00 Listy do Julii – kom.
17.15 Notting Hill – kom.
19.55 Poirot
21.00 Klient – dramat sensacyjny, USA 1994
23.40 Aligator 3 – horror, USA 2010
1.40 Hannibal. Po drugiej stronie maski – thriller

PARAMOUNT CH.
7.15 Zabawa w Acapulco
9.20 List miłosny – kom.
11.20 Gung Ho – kom., USA
13.45 Trudne zwycięstwo – komedia, USA 1991
16.00 Pingwiny z Madagaskaru (22, 24, 25)
17.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (2)
18.00 Dwóch i pół 6 (8-11)
20.00 xXx 2: Następny poziom – film sens., USA
22.15 Ukryty wymiar – film SF, 1997
0.20 Cztery pokoje

ALE KINO+
8.30 Cena milczenia (1, 2)
10.50 Trochę w ciąży – kom.
12.15 Potwory to tacy interesujący ludzie
12.45 Kobiety za kamerą (1)
14.00 Córka – etiuda film.
14.45 Siedem dni – dramat
16.55 Kino Mówi Extra
18.00 Owoce chmur
18.25 Mąż czy nie mąż? – komedia, Francja 2017
20.10 Hoffa – dramat kryminalny, 1992
22.40 Potwór (3, 4)
0.30 Pi – thriller SF, USA

BBC FIRST
13.35 Ojciec Brown 8 (1)
14.25 Nowe triki 7 (8)
15.25 Śmierć pod palmami 2
16.25 Obiady piątkowe 4 (2)
16.55 Z pamiętnika położnej 2 (8)
17.55 Doktor Who 6 (4)
18.50 Ojciec Brown 8 (3)
19.45 Lewis 2 (4)
20.40 Tajemnice Majorki
22.30 Ostatnie tango w Halifaksie 2 (4)
23.30 Rozstania (4)
0.35 Z pamiętnika położnej 2 (8)

CI POLSAT
14.15 Krwawe rozstania 5 (7)
15.10 Paragraf 148 – kara śmierci – mag. krym.
15.40 Polskie zabójczynie (5)
16.05 Łowca zbrodni 6 (16)
17.05 Kobiety, które zabijają 15 (13)
18.05 Oskarżeni: linia obrony
19.05 Mistrzowie zbrodni (2)
20.05 Krwawe rozstania 5 (8)
21.00 Zabawa w zabójcę – thriller, Kanada 2013
22.55 I nie opuścisz mnie aż do śmierci (8)
23.55 Motyw zabójstwa

TELE 5
6.55 Autostrada do nieba
8.00 Droga wolna 2 – mag.
8.25 Coś śmiesznego (17, 1)
9.00 Telesprzedaż
12.30 Mango – telezakupy
14.45 Telesprzedaż
16.00 Autostrada do nieba
17.05 Kabaretowy Szał 3 (50)
18.00 Nowy Kabaretowy Szał
19.00 Kabaretowy Szał 3 (4)
20.00 Kabaretowy Szał (7)
21.00 Misja na Marsa (1, 2)
23.05 Królowie żyta (6)
23.45 Coś śmiesznego – rozr.
24.00 Kabaretowy Szał 3 (50)

CBS EUROPA
6.30 Łańcuszek szczęścia
8.15 Starsky i Hutch – kom.
10.10 Elementary 2 (23, 24)
12.00 Utalentowany pan Ripley – dramat
14.40 Opowieść o odwadze. Dwie Rodziny – dramat
16.45 Hellboy – horror SF
19.00 Dama w vanie – komediodramat, W. Bryt.
21.00 Robin Hood: Książę złodziei – film przyg.
23.50 Uczniowska balanga – komediodram., USA
1.50 Muza – komedia, USA

EPIC DRAMA
10.30 Detektyw Murdoch 4
13.30 Zagadki kryminalne panny Fisher (6, 7)
15.50 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 2 (1)
17.45 Sprawy Frankie Drake
19.35 Detektyw Murdoch 11
21.30 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 4 (4)
23.25 Detektyw Murdoch 11
1.15 Sprawy Frankie Drake
2.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (6)
3.40 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 2 (1)

SCI FI
6.00 Przygody Merlina 4 (10, 11)
8.00 Herkules 3 (2-5)
11.40 Grimm (19, 20)
13.30 Gwiezdne wrota 6
15.20 Przygody Merlina 4 (11, 12)
17.10 Grimm (21, 22)
19.00 DC's Legends of Tomorrow 2 (14, 15)
21.00 Zapowiedź – thriller, 2009
23.25 Mythica: Żelazna korona – film fantasy
1.25 Battlestar Galactica 3

AMC
9.35 Lodowe tornado
11.20 Powietrzny dramat
13.05 Zoom In – mag. film.
13.15 Zwycięski sezon – kom.
15.15 Megalodon
17.05 Sekretne ściany – thriller, USA 2010
18.50 Coś – horror SF, USA 1982
21.00 Fear the Walking Dead 6 (15, 16)
23.00 Zoom In – mag. film.
23.10 Krwawe walentynki
1.10 Najlepsi reżyserzy Hollywood 2 – mag. film.

AXN BLACK
6.05 Jazda próbna – mag.
6.40 MacGyver 3 (11, 12)
8.35 Ultraviolet 2 (1, 2)
10.35 Rewir (6, 7)
12.25 MacGyver 3 (11-14)
16.10 Ultraviolet 2 (3, 4)
18.15 Forteca 2 – film SF, 1999
20.05 Zakładnik z Wall Street – film krym.
22.10 Grimsby – komedia, 2016
23.50 Future Man (9, 10)
1.00 Ultraviolet 2 (3, 4)
3.00 Squad (49, 50)

COMEDY CENTRAL
6.00 Dwóch i pół 6 (4-7)
7.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (16-19)
9.35 Mamuśka (1, 2)
10.30 Przyjaciele 3 (25)
11.00 Przyjaciele 4 (1-5)
13.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (22-24)
14.50 Teoria wielkiego podrywu 6 (1-3)
16.00 Przyjaciele 4 (6-11)
19.00 Teoria wielkiego podrywu 6 (2-9)
22.30 Dwóch i pół 6 (8, 9)
23.30 Comedy Club 6 (11)

POLSAT CC EXTRA
12.30 Świat według Kiepskich (13, 14)
13.30 Przyjaciele 3 (19-22)
15.30 Co ludzie powiedzą? 5
16.50 Co ludzie powiedzą 5
17.30 Świat według Kiepskich (16-18)
19.00 I kto tu rządzi? (9, 10)
20.00 Niania 9 (13, 14)
21.00 Co ludzie powiedzą
23.00 Latający cyrk Monty Pythona 2 (9, 11)
0.25 Świat według Kiepskich (15, 16)
1.25 Graczykowie (7, 8)

TVN STYLE
16.20 W czym do ślubu?
16.50 Ugotowani
17.50 Kuchenne rewolucje
18.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
19.35 Kobieta na krańcu świata
20.10 Dieta czy cud?
20.55 W czym do ślubu?
21.25 Panny młode ponad miarę
22.25 Inspirujące kobiety
22.55 No to lecę!
23.55 Odkrycia Magdy Gessler 2

POLSAT CAFÉ
13.00 Gwiazdy na dywaniku
13.30 Top Chef
15.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
16.00 Biedni kontra bogaci
17.00 Bogaty dom – biedny dom
18.00 Nasz nowy dom
19.00 Randka z nieznajomym
20.00 Zdrady
21.00 Bogaty dom – biedny dom
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady

HGTV
16.00 Domowe rewolucje 3
17.00 Weekendowa metamorfoza
18.00 Totalne remonty Szelągowskiej 2
19.00 Nowe życie na Hawajach 9
20.00 Zgłoś remont 6
21.00 Polowanie na ogród 6
21.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9
22.00 Wymarzony dom w 100 dni
23.00 Moje miasto, mój dom 4

CANAL+ DOMO HD
14.05 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 4
14.55 Kupcie sobie zamek!
16.30 Moje wymarzone miejsce
17.00 Gardeners' World 13
18.00 Ucieczka na wieś 18
19.40 Daleko od miasta 7
20.10 Cudotwórcy 5 – mag.
21.00 Charlie Luxton: domy nad Morzem Śródziemnym
22.00 Zachwycające kurorty Tajlandii

FOOD NETWORK
11.30 MasterChef – pr. rozr.
13.00 MasterChef Junior
14.30 Ugotowani
15.30 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję
17.00 Polska na patelni
19.10 Makłowicz w Polsce
19.40 Sexy kuchnia Magdy Gessler – mag. kulin.
20.45 Akcja: Restauracja!
21.45 Upieczeni celebryci
22.45 Szaleni cukiernicy
23.15 Wiosenny turniej wypieków – reality show
0.15 Wojna na ciasta

CANAL+ KUCHNIA
15.00 Kulinarne safari – ziemia
15.30 Jakubiak lokalnie 4
16.00 Żołądek czy rozsądek? 7
17.00 30 minut Jamiego
18.00 Francuskie wędrówki Julie 6
19.05 Nie bój ryby!
19.35 U sąsiadów w kuchni 8
20.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9
21.45 Poszukiwacze smaków 2
23.45 Tom Kerridge – popisowe dania

TVP KULTURA
16.50 Pestka – dramat psychologiczny, Polska 1995
18.30 Podróż za jeden uśmiech
19.40 Muzeum Polskiej Piosenki
20.00 Morderstwo na zlecenie – film krym., W. Bryt./Kan. '79
22.10 [illegible]
22.25 Ken Loach. Życie i filmy
0.10 Do zobaczenia w zaświatach – dram. krym., Fr./Kan. 2017

TVP HISTORIA
15.05 Dzikie krainy Australii
15.30 Było, nie minęło
16.05 Flesz historii
17.10 Miasto z plakatów i gier. [illegible]
18.25 [illegible] – historia [illegible]
18.35 Czterej pancerni i pies
19.30 „Czterej pancerni i pies", odc. 6
20.00 Historia w postaciach zapisana
21.00 Spór o historię
22.40 Gułag – [illegible]
23.50 W [illegible]

DISCOVERY CH.
12.05 Wyprawa po skarb Inków
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita
14.00 Bimbrownicy
15.00 Złomowisko PL
16.00 Morze złota
17.00 Nic do zgłoszenia
18.00 Lotnisko
19.00 Zawodowcy: drwale
20.00 Złomowisko PL
21.00 Nic do zgłoszenia
22.00 Celnicy kontra przemytnicy
23.00 Estonia

NATIONAL GEOGR.
13.00 Łowcy huraganów
14.00 Szlakiem przeklętych miejsc
15.00 Porzucone konstrukcje
16.00 Europa z powietrza
17.00 Megafabryki
18.00 Europa z powietrza
20.00 Megafabryki
21.00 Katastrofa w przestworzach
22.00 Złapać przemytnika
23.00 Katastrofa w przestworzach
1.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy

TVP ABC
13.50 [illegible]
14.20 Stacyjkowo
14.45 Strażak Sam
15.20 Figu Migu
15.45 Yakari
15.55 Przyjaciele z podwórka
16.25 Clifford – wielki czerwony pies
16.55 [illegible]
17.10 [illegible]
17.30 Robot Trains
18.00 Mia i ja
18.30 Zagubiona w Oz
19.00 Wieczorynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

PLANETE+
14.00 Ekstremalne krainy
16.00 Obrzędy i rytuały świata
17.00 „Ski" Świat bez granic 6
18.00 Świat z góry 7
18.30 Polska z góry 5
19.00 Kapitan
19.55 Szmaragdowe wyspy
21.00 Zbudujmy to jeszcze raz!
23.00 Wielkie fortyfikacje: Linia Maginota kontra Linia Zygfryda

DISCOVERY HISTORIA
12.00 Generał
14.30 Al Murray w drodze do Berlina
15.00 Polscy szpiedzy
16.00 Muzealne tajemnice
17.00 Łowcy staroci
19.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
20.00 Historia komedii, czyli co nas rozśmiesza 2
21.00 Jak świat się śmieje
22.00 Byłam normalna. Spowiedź fanki boysbandu
24.00 Muzealne tajemnice

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
8.00 Czy jest z nami inżynier?
11.00 Jak to jest zrobione?
14.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
19.00 Jak to jest zrobione?
23.00 Świat oczami Stephena Hawkinga
24.00 Jak działa wszechświat?

NATIONAL GEO. WILD
11.00 Dzikie oblicza Ameryki
12.00 Dzikie miejsca Europy
13.00 Wrogi świat
14.00 Polowanie na myśliwego
15.00 Uwaga! Niezły pies
16.00 Niezwykły dr Pol
18.00 Sekrety zoo
19.00 Cesar Millan na ratunek
20.00 Zwierzęta doskonałe
21.00 Królestwo drapieżników: Rebelia
22.00 Niezwykły dr Pol
23.00 Reguły przetrwania

NICKELODEON
12.40 Alvinnn!!! i wiewiórki
13.25 Wróżkowie chrzestni 9
13.50 Harmidom 2 str. 22
14.40 SpongeBob Kanciastoporty 9
16.00 Po prostu [illegible]
16.25 Zagadki rodziny Humberów 4
17.20 Game Shakers. Jak wydać grę 2
18.20 Niebezpieczny Henryk 5
19.15 Grzmotomocni
19.40 Dodaj magii 2
20.05 Zmiksowana Kally

POLSAT DOKU
15.35 Katastrofy morskie
17.35 Poza kontrolą: Zatopienie pancernika Bismarck
18.50 Poza kontrolą: Katastrofa mostu w Genui
20.00 Niewyjaśnione zagadki
22.00 Czerwone berety – rosyjskie jednostki specjalne
23.00 Bułat – jednostka specjalna moskiewskiej policji

POLSAT V. HISTORY
6.40 Wojenne fabryki 2
9.25 Wojenne fabryki
14.15 Tajna wojna
15.20 Na polu bitwy
16.35 II wojna światowa: cena imperium
17.45 Muzeum pełne tajemnic 11
18.40 Tajemnice sześciu żon
19.55 Wieczne Pompeje
21.00 Historia odkryta na nowo 2
22.05 Wojenne fabryki 2
23.05 Normandia '44: inwazja

POLSAT V. EXPLORE
11.00 Naftowa gorączka 5
12.30 Tazaki karp!
13.25 Turkusowa gorączka
14.25 Australijscy poszukiwacze złota 3
15.20 Australijscy łowcy bydła
15.55 Rzeczne potwory
17.00 Rzeczne potwory 9
18.10 Australijscy poszukiwacze złota 3
20.00 Gwiazdy wędkarstwa 2
22.00 Rzeczne potwory
23.00 Gruchoty za gotówkę
0.55 Naftowa gorączka 4

BBC EARTH
12.55 Planeta doskonała: kulisy
13.55 W okowach mrozu 6
15.55 Życie na pustkowiu 2
16.55 Zabójcze kataklizmy
17.55 Ostatnie zawody świata
18.55 Jak budowano imperia
19.55 Ścigając wodne potwory 5
20.55 Życie na pustkowiu 4
21.55 W okowach mrozu 8
23.00 Ostatnie zawody świata
24.00 Chirurdzy dziecięcy

CARTOON NETWORK
11.10 Młodzi Tytani: Akcja! 5
12.00 Clarence
13.55 Niesamowity świat Gumballa 3
14.54 Młodzi Tytani: Akcja! 2
15.45 Kicia Rożek 2
16.40 Niesamowity świat Gumballa
17.31 Craig znad Potoku 2
18.00 Młodzi Tytani: Akcja! 5
18.55 Niesamowity świat Gumballa
19.52 Power Players
20.20 Bakugan: Przymierze wojowników

TRAVEL CHANNEL
15.45 Dziwaczne potrawy
16.45 Szokujące potrawy
18.45 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
19.15 Niezwykłe Stany Prokopa – pr. rozr.
20.15 No to lecę! – pr. rozr.
21.15 Kossakowski. Szósty zmysł. Rosja
21.50 Biznes na kółkach
22.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
23.25 Bert Zdobywca 2
23.55 Anthony Bourdain i 7 grzechów głównych

HISTORY
10.15 Wojny magazynowe – Nowy Jork
11.15 Wykute w ogniu 5
12.10 Bitwy magazynowe 3
13.05 Wojny magazynowe 7
14.00 Bitwy magazynowe 5
14.55 Gwiazdy lombardu 9
15.20 Wykute w ogniu 5
17.10 Ludzie gór 4
19.05 Bitwy magazynowe 5
20.00 Gwiazdy lombardu 22
21.00 Tajemnice skute lodem
22.00 Złoto Bałtyku
23.00 Gwiazdy lombardu 9

DTX
12.00 Królowie asfaltu
13.00 Ciężarówką po antypodach
14.00 Fani czterech kółek
17.00 Ale jazda
17.30 K2 – kierowców dwóch
18.00 Terenowe szaleństwo
19.00 Brudna robota
20.00 Niechciani w Gas Monkey
21.00 Teksański tuning 3
22.00 Uliczne wyścigi: Nowy Orlean
23.00 Ninja: ostateczne wyzwanie

CBS REALITY
12.00 Na miejscu zbrodni 6
13.00 Zakładnik – piekło przetrwania
14.00 Hardcorowy Lombard
16.00 Strzegąc granic 9
17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
18.00 Na straży australijskich granic 6
20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 4
21.00 Tropami zbrodni 2
22.00 48 godzin 32
23.00 Mordercy w koloratkach

MINIMINI+
14.00 Barbie: Dreamhouse Adventures
14.50 Enchantimals: Magiczne opowieści
15.00 Ciekawski George
15.40 Lulu i Kropka budują
17.00 Dzieciaki straszaki
17.35 Bing
17.55 Frytka i Kartofelcia
18.20 Tomek i przyjaciele
18.40 Tomek i Przyjaciele
18.55 Bob Budowniczy
19.25 Dzieciaki straszaki
19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures

METRO
15.35 Detektyw Monk 4
16.35 Łowcy staroci 12
17.35 Walka o bagaż
18.05 Wojny magazynowe – Teksas 2
18.35 Wojny magazynowe – Teksas 3
19.00 Niezwykłe Stany Prokopa – pr. rozr.
20.00 Gorączka złota 7
21.00 Kojak
22.05 Nagi instynkt przetrwania 4
23.05 Przeprawa – dram. obycz., USA 2009

TVP POLONIA
17.00 Teleexpress
17.20 Słownik polsko@polski
17.50 Gra słów. Krzyżówka
18.20 Barwy szczęścia
18.50 Przewodnik dyplomatyczny – mag.
19.15 Rzecz Polska
19.30 Tamte lata, tamte dni
19.55 Wiadomości
20.35 Hydrozagadka – kom., Polska 1970
22.05 Polonia 24 – mag. inf.
22.35 Pierwsza Dama
23.35 Rodzinka.pl

NOWA TV
7.35 Pod lupą – magazyn
8.00 Byli sobie podróżnicy
8.45 Daleko od noszy 2
10.15 Malanowski i partnerzy
12.25 Trudne sprawy
15.20 Bogaty dom – biedny dom – reality show
18.15 Gliniarze
20.15 Zdrady
21.00 Bank – dramat sens., Niem./USA/W. Bryt. 2009 str. 19
23.20 Gra o życie – film sensac., USA 2008

ESKA TV
14.00 Co się słucha? – muz.
15.00 Nagrywarka – rozr.
16.00 The best of ESKA
17.00 Made in Poland
18.00 HITY Baby One More Time – pr. muzyczny
19.00 Historia jednej piosenki – pr. muz.
19.55 Eska TV info – pr. inf.
20.00 Przesłuchanie – rozr.
21.00 Dubaj wg Bednarka
22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
23.00 Warsaw Shore – Ekipa z Warszawy 15

TV TRWAM
19.30 Opowieści Starego Testamentu
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Mojżesz – 10 przykazań
22.45 Kontrowersje wokół klimatu
23.40 Niezwykłości przyrody Nowej Zelandii

TVP 1

7.00 Transmisja mszy św.
7.30 Kościół z bliska
8.00 Wiadomości. Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.35 Ranczo (1) – obycz.
9.35 Komisarz Alex 13 (155) – krym., Pol.
10.35 Ojciec Mateusz 18 (234) – krym., Pol.
11.25 Uzdrowisko (2)
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes – mag.
12.35 Agropogoda – pr. inf.
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu – dok., Polska 2019
14.00 Wiadomości; Alarm!
14.35 Córka D'Artagnana ** – film kostiumowy, Fr. 1994 (135 min)
16.50 Łączy nas EURO (18)
17.00 Teleexpress
17.15 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3828) – telen.
18.20 Kasta (159) – serial
18.55 Jeden z dziesięciu
19.25 Sport; Wiadomości
20.05 Pogoda; Alarm!
20.25 Gra na Maksa (5) – obycz. ▶ str. 5

TVP 2

6.25 Wyrwenia przyszłości – rep.
6.50 Familiada – telet.
7.20 Policzmy się dla Polski – cykl tel.
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – mag.
7.55 Pytanie na śniadanie
10.40 Panorama
10.50 Pytanie na śniadanie
11.15 Policzmy się dla Polski – cykl tel.
11.30 Dziewczyny ze Twowa (7) – obycz.
12.30 Koło fortuny (781)
13.15 Pensjonat nad rozlewiskiem (2)
14.05 Va banque (114)
14.35 Na sygnale (310)
15.10 Górscy ratownicy (86)
16.00 Koło fortuny (782)
16.35 Familiada – telet.
17.05 Rodzinka.pl (242)
17.35 Gra na Maksa (5)
17.40 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Kanada – Polska
20.10 Gra na Maksa (5)
20.25 Miasto skarbów (2) – krym. ▶ str. 21

POLSAT

4.40 Disco Gramy – muz.
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień – pr. inf.
8.40 Malanowski i partnerzy (244, 245) – fab.-dok., Pol. 2010
9.40 Sekrety rodziny (151) – serial paradok., Pol. 2020
10.40 Dlaczego ja? (478) – paradok., Pol. 2013
11.40 Gliniarze (531) – paradok., Pol. 2021
12.50 Wydarzenia
13.25 Interwencja – mag. reporterów
13.40 Trudne sprawy (825) – paradok., Pol. 2018
14.40 Dlaczego ja? (991) – paradok., Pol. 2020
15.50 Wydarzenia; Pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.35 Gliniarze (476) – paradok., Pol. 2020
17.40 Sekrety rodziny (182) – paradok., Pol. 2021
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń" – pr. publicystyczny
19.45 Sport, Pogoda

TVN

5.40 Uwaga! – mag. rep.
6.00 Ukryta prawda (1193) – paradok.
7.00 Kuchenne rewolucje (10) Jelcz Laskowice, Borzęk i spółka – program rozr., Polska 2015
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.35 Doradca smaku (19)
11.45 Ukryta prawda (933, 1194, 773)
14.55 Szpital (428) – serial
16.00 IAB (16) – serial krym., Polska 2021
17.00 Kuchenne rewolucje (2) Piła, West End – pr. rozr., Pol. 2015
18.00 Ukryta prawda (934)
19.00 Fakty
19.25 Uwaga! Koronawirus (369)
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – mag. rep.
20.10 Doradca smaku (24) – mag. kulin., Pol.
20.15 Na Wspólnej (3239) – obycz. ▶ str. 5 i 21
20.55 Milionerzy (379) – telet., Polska 2020

TVN 7

5.40 Szpital (734) – serial
6.40 Idealna niania 2 (7/11) – reality show, Polska 2013
7.25 Zakochani po uszy 5 (353) – telen., Pol.
8.00 Ukryta prawda (1100-1102) – serial
11.00 Szpital (735) – serial paradok., Pol. 2017
12.00 Szkoła (620) – serial paradok., Pol. 2018
13.00 19+ (580, 581) – paradok., Pol. 2021
14.00 Sąd rodzinny (169) – serial fab.-dok., Polska 2009-2011
15.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (607) – fab.-dok., Pol. 2011
16.00 Ukryta prawda (903) – paradok., Pol. 2018
17.00 Idealna niania 2 (9, 10/11) – reality show, Polska 2013
18.30 Brzydula (42, 43/55) – serial komediowy, Pol. 2008 ▶ str. 21
19.30 Zakochani po uszy 5 (354) – telenowela, Pol. 2021 ▶ str. 21

TV 4

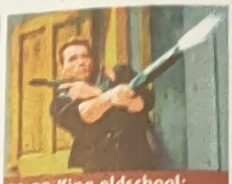
6.00 Gliniarz i [illegible] (75) – [illegible]
7.00 Strażak Sam (315)
8.00 Nasz nowy dom (316) – reality show
9.00 Pierwsza miłość (3179) – obycz., Pol.
9.50 Świety (11) – serial
10.20 Fabryka jedzenia (21, 22) – serial dok., Kanada 2017
11.20 Detektywi w akcji (74) – fab.-dok., Pol.
12.20 Kobra – oddział specjalny (12) – sens., Niem. 2020
13.25 STOP Drogówka
15.30 Hardkorowy lombard (165, 5-6) – dok., USA 2014
17.00 Septagon (77) – krym., Polska 2021
18.00 Kochane pieniądze (22) – paradok., Pol.
19.00 Policjantki i Policjanci (73) – obycz., Pol. 2020
20.00 Sprawiedliwi – wydział Kryminalny (451) – serial kryminalny, Polska 2020

20.35 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy F: Francja – Niemcy

21.15 Lepsza połowa 2 (18) – serial kom., Pol. 2020 ▶ str. 20

20.05 Gwiezdne wojny: * Przebudzenie Mocy** – film SF, USA 2015, reż. J.J. Abrams, wyk.: Daisy Ridley, John Boyega, Adam Driver, Harrison Ford, Mark Hamill, Carrie Fisher, Oscar Isaac, Lupita Nyong'o, Andy Serkis, Domhnall Gleeson (175 min)

21.35 Wielki Mike – film *** obyczajowy, USA 2009, reż. John Lee Hancock, wyk.: Quinton Aaron, Sandra Bullock, Tim McGraw, Jae Head, Lily Collins, Ray McKinnon, Kim Dickens, Adriane Lenox, Kathy Bates, Catherine Dyer (155 min)



20.00 Kino oldschool: ** Egzekutor – film sensacyjny, USA 1996, reż. Chuck Russell, wyk.: Arnold Schwarzenegger, Vanessa L. Williams, James Caan, James Coburn, Danny Nucci, Andy Romano (145 min)

21.00 Skok życia – film ** sensacyjny, Kanada-Luksemburg 2014, reż. Sarik Andreasyan, wyk.: Hayden Christensen, Adrien Brody, Jordana Brewster, Akon, Tory Kittles, Luis Da Silva Jr., Lance E. Nichols, John McConell (120 min)

21.50 Krawcowa z Madrytu (14/17) – obycz., Hiszpania 2013-2014 ▶ str. 20
22.40 Zainwestuj w marzenia 3 (43) – obycz., Pol. 2021
22.45 Krawcowa z Madrytu (15/17) – obycz., Hiszpania 2013-2014 ▶ str. 20
23.50 Ludzkie historie: Gra florencka i krew na bruku – film dok., Wlk. Bryt. 2018
0.55 Ostatnia rodzina *** – dramat obycz., Pol. 2016 (130 min)
3.05 Jak uratowałem Kanadę ** – komedia, Kan. 2015 (105 min)

23.20 Ocaleni – reality show, Polska 2018-2021
0.25 Ślepa furia – film ** sensacyjny, USA 1989, reż. Phillip Noyce, wyk.: Rutger Hauer, Brandon Call, Lisa Blount, Meg Foster, Shô Kosugi (100 min)
2.05 Droga do szczęścia *** – dramat obycz., USA/Wlk. Bryt. 2008, reż. Sam Mendes (120 min)
4.05 Naukowa kawaleria – film dok., Polska 2018, reż. Arkadiusz Gołębiewski

23.00 Lot – dramat obycz., *** USA 2012, reż. Robert Zemeckis, wyk.: Nadine Velazquez, Denzel Washington, Carter Cabassa, Adam C. Edwards (180 min)
2.00 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

0.10 Kuba Wojewódzki (2): Marek Niedźwiecki, Viki Gabor – talk-show
1.10 Porwani (7) – serial krym., USA 2017
2.05 Oszuści (2) – serial obyczajowy, USA 2016
3.00 Uwaga! – mag. rep.
3.20 NOC Magii

22.25 Na bank się uda ** – komedia krym., Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk.: Marian Dziędziel, Lech Dyblik (135 min)
0.40 Walka – dramat ** sens., USA 2009, reż. Dito Montiel, wyk.: Channing Tatum (130 min)
2.50 NOC Magii

23.00 Wzór (39) – serial krym., USA 2006
0.05 Śmierć na 1000 sposobów (11, 12, 8) – serial dok., USA 2009
1.30 Pękniesz ze śmiechu (4) – pr. rozr., Wlk. Bryt. 2015
2.30 Graffiti – pr. publ.
2.50 Trans World Sport – magazyn sportowy

TVP SERIALE

9.20 Złotopolscy (284)
9.55 Klan (198)
10.30 Na dobre i na złe (7)
11.35 Ranczo 7 (85)
12.35 Rodzinka.pl (203, 204)
13.40 Ojciec Mateusz 14 (180, 181)
15.30 Komisarz Alex 14 (171)
16.20 Komisariat (7)
16.50 Na sygnale (65)
17.30 Ranczo 7 (86, 87)
19.30 Ojciec Mateusz 14 (182)
20.25 Ojciec Mateusz 19 (251)
21.25 Ranczo 7 (88, 89)
23.20 Ojciec Mateusz 14 (183)

TVP ROZRYWKA

11.40 Familiada – teleturniej
12.20 Postaw na milion
13.20 Kabaretowa mapa Polski – pr. rozrywkowy
16.25 Życie to kabaret
18.25 Okrasa łamie przepisy
18.55 Makłowicz w podróży
19.25 Gra słów. Krzyżówka
19.55 Va banque – telet.
20.35 Postaw na milion
21.30 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
22.30 Ameryka da się lubić
23.55 To był rok! – rozr., Pol.
0.55 Koło fortuny – telet.

STOPKLATKA

12.25 Chicago Fire 4 (22)
13.15 Katastrofy w przestworzach (107, 108)
15.20 Burzowe tornado – film katastroficzny, USA 2013
17.00 Chicago Fire 4 (23)
17.55 Wojny magazynowe: Kanada 2 (10-13)
20.00 Istota – thriller SF, Kan./Fr./USA 2009
22.05 Watchmen. Strażnicy – film SF, USA 2009
1.30 Porno – komedia, Polska 1990

SUPER POLSAT

11.00 Nasz nowy dom (191)
12.00 Niania (79, 80)
13.00 Chirurdzy (302, 303)
15.00 Top Chef
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 2 (8)
18.00 Nasz nowy dom (192)
19.00 Świat według Kiepskich (519, 520)
20.05 American Hustle – dramat krym., USA 2013
22.55 Burleska – film muzyczny, USA 2010
1.30 Miasto długów (10)
2.30 Gliniarze (89)

TTV HD

16.05 Królowe życia 5 (6)
16.55 Wyburzacze (2) – rozr.
17.45 Express – pr. inform.
18.05 DeFacto 10 (1/13)
18.35 Gogglebox. Przed telewizorem 13 (14) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Damy i wieśniaczki. PL 3 (2) – fab.-dok.
21.05 It's my life! To moje życie – reality show
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Kanapowcy
22.55 Ostre cięcie 10 – rozr.
23.45 To tylko kilka dni (5)

TVS

16.00 Silesia flesz; Pogoda
16.15 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
17.15 Schlesien Journal
17.30 Dobre, bo polskie
17.45 Silesia flesz
17.55 Spotkanie z balladą
18.55 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
20.00 Silesia flesz; Pogoda
20.20 Napisała: Morderstwo
21.25 Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar
22.25 Pasmo ciekawostek
23.00 Silesia flesz; Pogoda

[TV] PULS

[...]rowany anioł
[...] – telen., Argen-
[...] 1998-1999
[...]bard. Życie
[...] zastaw 4 (175)
[...]serial obyczajowy,
[...]ska 2019
[...]bard. Życie
[...] zastaw 8 (367)
[...]serial obyczajowy,
[...]ska 2021
[...]inny interes 3
[...]) – serial obycz.,
[...]ska 2020
[...]ntowany anioł
[...] 93) – telen., Ar-
[...]tyna 1998-1999
[...]dniaczka
[...]chów 3 (55, 56)
[...]antasy, USA 2008
[...]mbard. Życie pod
[...]zastaw 4 (176, 177)
[...]serial obyczajowy,
[...]ska 2019
[...]odzinny interes 3
[...]113, 114) – serial
[...]obycz., Polska 2020
[...]ombard. Życie pod
[...]zastaw 8 (369, 370)
[...]serial obyczajowy,
[...]lska 2021

[...]tak na szpital – film sensacyjny, USA 2021, reż. Christopher Ray, wyk.: Abigail Hawk, Mark Dacascos, Sean Patrick Flanery, Michael Jai White (110 min)
[...] Wyrok śmierci – film sens., USA 2007, reż. James Wan, wyk.: Kevin Bacon, Kelly Preston, Jordan Garrett, Stuart Lafferty (130 min)
[...]zy słońca – dramat wojenny, USA 2003, reż. Antoine Fuqua, wyk.: Bruce Willis, Monica Bellucci, Cole Hauser, Eamonn Walker (130 min)
[...] Zobacz to!

FOKUS TV

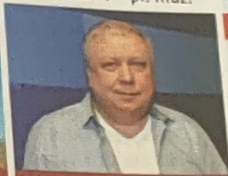
6.00 **Wehikuł czasu**
6.15 **Redakcja: Dział Śledczy (10)** – serial paradokumentalny, Polska 2016
7.15 **Wehikuł czasu**
7.20 **Pod lupą (2, 3)** – mag. popularnonaukowy, Pol. 2015
8.25 **Poszukiwacze historii (6)** – serial dok., Polska 2019
8.45 **Drwale (2, 3)** – reality show, USA 2014-2015
10.45 **Łowcy opali (10)** – serial dokumentalny, Australia 2019
11.45 **Starożytni kosmici (1)** – serial dokumentalny, USA 2015
12.40 **Handlarze historią (7)** – program rozrywkowy, Wielka Brytania 2018
13.35 **Wojny magazynowe (5-8)** – reality show, USA 2012
15.35 **Kryptonim szef (3, 4)** – serial dokumentalny, USA 2016

17.20 Łowcy opali (10) – serial dokumentalny, Australia 2019

18.05 **Starożytni kosmici (14, 15)** – serial dokum., USA 2016
20.00 **Rolnicy. Podlasie (14, 15)** – serial dok., Polska 2020
22.00 **Wojny magazynowe (12, 13, 15, 14, 16)** – reality show, USA
0.20 **Podwodna wojna (4)** – serial dokum., Kanada 2016-2018
1.20 **Misja skarb (7)** – mag. popularnonaukowy, Pol. 2019
2.20 **Poszukiwacze historii (9, 10)** – dokum.
3.05 **OSP. Na ratunek! (5)**
4.00 **Kołowrotek (9, 10)**
4.55 **Tajna historia XX wieku (1, 2)**

POLO TV

6.00 **To hit!** – pr. muz.
6.15 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muz.
7.00 **To hit!** – pr. muz.
7.15 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muz.
8.00 **To hit!** – pr. muz.
8.15 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muz.
9.00 **To hit!** – pr. muz.
9.15 **Kuchnia polowa**
10.00 **Tego słuchacie**
11.00 **Tylko dance** – muz.
12.00 **To hit!** – pr. muz.
12.15 **Tylko dance** – muz.
13.00 **To hit!** – program muzyczny, Polska
13.15 **Tego słuchacie** – program muzyczny
14.30 **I love disco** – pr. muzyczny, Polska
15.15 **Selfie z fanem** – pr. muzyczny, Polska
16.00 **Lista przebojów Polo TV** – pr. muz.
16.30 **Tylko dance** – program muzyczny
17.00 **Disco Star** – pr. rozr., Polska 2012
18.30 **Lista przebojów Polo TV** – pr. muz.



19.00 Videomix – program muzyczny, Polska 2012

Marek Sierocki prezentuje różne odmiany disco m.in. eurodance i italodisco. Dzieli się także plotkami o gwiazdach.

20.00 **Wesela z piekła rodem 2 (2)** – serial paradokumentalny, Polska 2021
21.30 **Miłość w rytmie disco** – serial obycz., Polska 2014
22.45 **Moje disco, moje wszystko** – pr. muzyczny, Polska 2019
23.45 **Imprezuj z nami** – pr. muzyczny, Pol.
1.00 **Disco noc w Polo TV!** – pr. muzyczny, Pol.

TVN 24

5.55 **Powitanie poranka**
6.00 **Serwis informacyjny**
7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
7.45 **Serwis informacyjny**
15.00 **15 na żywo**
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – pr. informacyjny
20.00 **Kropka nad i**
20.30 **Czarno na białym** – magazyn
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe** – pr. rozrywkowy
23.00 **Dzień po dniu**
23.40 **Bilans dnia**
24.00 **Fakty po Faktach** – pr. informacyjny
0.40 **Kropka nad i**
1.15 **Tak jest** – pr. publ.
2.15 **Maja w ogrodzie**
2.35 **Akademia ogrodnika**
2.40 **Kropka nad i**
3.10 **Szkło kontaktowe**
4.15 **Polska i świat**
5.00 **Maja w ogrodzie**
5.25 **Akademia ogrodnika**
5.30 **Fakty po Faktach**

TVP INFO

7.51 **Agrobiznes**
7.56 **Agropogoda**
8.00 **Jedziemy dalej**
8.15 **Serwis Info**
8.18 **Minęła ósma**
9.00 **Serwis Info**
9.11 **Minęła dziewiąta**
10.00 **Serwis Info**
12.00 **Info Raport**
13.29 **Serwis Info**
15.29 **Info dzień**
16.30 **Koronawirus. Szczepionka**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.30 **O co chodzi**
18.00 **Panorama**
18.19 **Serwis Info**
18.37 **O tym się mówi**
19.30 **Wiadomości**
19.58 **Gość „Wiadomości"**
20.13 **Minęła dwudziesta**
21.00 **Nie da się ukryć**
21.25 **Serwis Info**
21.50 **W tyle wizji**
22.25 **Serwis Info**
22.30 **W tyle wizji extra**
23.00 **INFO wieczór**
23.30 **W akcji**
23.55 **Serwis Info**
0.03 **Wiadomości**

POLSAT NEWS

5.00 **Stołeczna drogówka**
5.20 **Superludzie**
5.45 **Interwencja**
6.00 **Nowy dzień** – inf.
7.40 **Graffiti** – pr. publ.
8.00 **Nowy dzień** – inf.
9.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia**
13.30 **W rytmie dnia**
15.50 **Wydarzenia**
16.10 **Więcej Wydarzeń**
16.30 **Godziny szczytu**
18.00 **Punkt widzenia**
18.50 **Wydarzenia**
19.25 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata dnia**
21.00 **Raport** – pr. inf.
21.50 **Wydarzenia**
22.30 **Dzień na świecie**
23.00 **Obraz dnia**
23.45 **Biznesowy obraz dnia** – pr. inf.
0.05 **Gość „Wydarzeń"**
0.25 **Wydarzenia**
1.00 **Z klimatem i z pasją**
1.20 **Interwencja**
1.35 **Łowca pedofilów**
2.00 **SuperLudzie**
2.20 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn

TVP SPORT

8.00 Studio EURO – mag.
9.00 EUROdebata – mag.
10.00 Studio EURO – mag.
11.00 Łączy nas EURO
11.55 Piłka nożna – eWinner 2. liga
14.25 Piłka nożna – eWinner 2. liga
16.45 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy F: Węgry – Portugalia
20.50 Piłka nożna – Euro 2020: grupy F: Francja – Niemcy
23.30 EUROwieczór – mag.

EUROSPORT 1

14.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii
16.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
18.30 Cycling Show – mag.
19.00 Kolarstwo – Adriatica Ionica Race – 1. etap
20.30 Jeździectwo – FEI Nations Cup w La Baule-Escoublac
21.30 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao
22.30 EWC All Access – mag.
23.00 Formuła E – Podsumowanie sezonu

EUROSPORT 2

16.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii
18.30 FIM WEC – Wyścig 24-godzinny w Le Mans
19.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
21.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Atlanta 1996 – mag. sportowy
22.00 Cycling Show – mag.
22.30 Kolarstwo – Wyścig dookoła Słowenii
23.00 Kolarstwo – Wyścig dookoła Belgii

POLSAT SPORT

12.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Holandia – Francja
14.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Argentyna – Bułgaria
17.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Kanada – Polska
20.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Włochy – USA
22.45 Cafe Euro – magazyn, Polska
0.30 Boks

POLSAT SPORT EXTRA

6.00 Piłka nożna z archiwum
8.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
13.00 Tenis – Turniej ATP w Londynie – mecz 1. rundy
21.30 FIA WEC – Wyścig 8-godzinny w Portimao
23.00 Piłka nożna z archiwum
1.00 Sporty walki – KSW

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Atleci – magazyn
7.25 Boks
9.55 Sporty walki
12.45 Boks
15.25 Sporty walki – Gala FEN 32
19.05 Boks – Gala Babilon Fight Night
21.15 Sporty walki – walka: Philip De Fries – Luis Henrique 14.09.2019
1.00 Sporty walki
3.45 Boks – mecz: Polska – Anglia 30.11.2018
5.15 Boks

POLSAT PLAY

[...] Więzienny świat (3, 4)
[...] Hardkorowy lombard 3 (44)
[...] Hardkorowy lombard
[...] Budowlańcy (21-24)
[...] Poszukiwacze historii
[...] Tajemnice najdziwniejszych broni świata (4)
[...] Tajna historia XX wieku (82, 25)
[...] Poszukiwacze historii
[...] Budowlańcy (41)
[...] Nie mów do mnie śmieciarzu!
[...] Więzienie (1, 2)

TVN TURBO

15.45 Zawodowi handlarze
16.30 Uwaga! Pirat! (7)
17.15 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo
18.15 Kwatery Hitlera (10)
19.15 Samochód marzeń – kup i zrób (3)
20.00 Polskie pościgi policyjne – pr. rozrywkowy
20.30 Borys kontra gadżety
21.00 Brudna robota – czysty zysk – reality show
22.00 Raport Turbo
22.15 Zawodowi handlarze
23.00 Truckerki (8)

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 SuperNews
22.29 Tok Szoł – talk-show
23.00 Interwencja

POLSAT SPORT NEWS

7.07 Koszykówka mężczyzn – mecz towarzyski
11.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Iran – Australia
14.30 Wyścigi konne – Royal Ascot
19.20 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Brazylia – Słowenia
22.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Japonia – Niemcy
1.00 Piłka nożna z archiwum

CANAL+ SPORT

13.30 1 na 1 Extra – mag.
14.00 Piłka nożna – PKO BP Ekstraklasa
15.00 Tenis – Turniej WTA w Berlinie
19.00 Ekstraklasyka (12)
19.25 Premierowa jazda
19.45 Basket+
20.00 Oscar Pistorius. Zwycięstwo i upadek (2)
21.30 Premierowa jazda
21.55 Koszykówka mężczyzn – Liga hiszpańska – mecz fazy play-off
24.00 News+ – magazyn

NSPORT+

14.00 News+ – magazyn
15.00 Żużel – PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – Falubaz Zielona Góra
17.45 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. żużlowy
19.30 Boxing World Weekly – Wokół ringu – mag.
20.00 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa – mecz: Orzeł Łódź – Arged Malesa Ostrów Wielkopolski
22.30 Magazyn eWinner 1. ligi żużlowej – mag.
23.00 News+ – magazyn

WTOREK 15 CZERWCA

13 ULICA
9.50 Zabójcze umysły 10
11.00 Agenci NCIS: Nowy Orlean (5, 6)
13.30 Chicago P.D. 6 (11)
14.25 Dowody zbrodni 4 (22, 23)
16.15 Zabójcze umysły 10
18.15 Agenci NCIS: Nowy Orlean (7, 8)
20.05 Chicago P.D. 6 (12)
21.00 Agenci NCIS: Los Angeles (11, 12)
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (15)
24.00 Chicago P.D. 6 (12)

KINO POLSKA
9.30 Stara baśń. Kiedy słońce było bogiem – film kostium., 2003
11.45 Telesprzedaż
12.00 Co lubią tygrysy – komedia obycz., 1989
13.45 Podejrzani zakochani – kom. romant., 2013
15.55 Kabaretowy rejs
17.50 Dom (5)
20.00 Skazany na bluesa – dramat biograficzny
22.05 Skrzydlate świnie – dramat obycz., 2010
0.10 Bejbi Blues – dramat

AXN
6.00 The Good Doctor 2 (2, 3)
7.50 Agenci NCIS 14 (9, 10)
9.45 Agenci NCIS: Los Angeles 11 (10, 11)
11.35 Rekrut (11, 12)
13.25 Aniołki Charliego Zawrotna szybkość
15.45 Na linii ognia – dramat sens., USA
18.25 MacGyver 4 (2, 3)
20.05 The Good Doctor 4 (10)
21.05 Rekrut 3 (3) str. 21
22.00 Godzilla – film SF, 1998
0.50 Agenci NCIS 14 (10)

ROMANCE TV
16.15 Wydział zabójstw Stambuł: Utracony syn
18.05 Rosamunde Pilcher: Narzeczona mojego brata – melodramat
20.00 Rosamunde Pilcher: Miłość, złodzieje i diamenty – melodramat
21.55 Wszystko dla pań
22.50 Rosamunde Pilcher: Niespodziewana miłość – film obycz.
0.45 Rosamunde Pilcher: Miłość, złodzieje i diamenty – melodramat

POLSAT FILM
8.30 Przyjaciółki (101, 102)
10.30 Świat według Kiepskich
12.35 7 krasnoludków – Las to za mało! – kom.
14.35 Atrakcyjny pozna panią – kom., Pol. 2004
16.40 Cudowny dzień – komediodramat, Hiszp.
19.00 Ja, szpieg – komedia sensacyjna, USA 2002
21.00 48 godzin – komedia sensacyjna, USA 1982
23.00 Hitman: Agent 47 – thriller, 2015
1.00 Gliniarze (411, 412)

TNT
6.00 Zuchy Hoopera [illegible]
8.06 Doktor Quinn 5 [illegible]
10.01 Domek na prerii [illegible]
13.57 Doktor Quinn 6 [illegible]
15.52 Strażnik Teksasu [illegible]
18.36 Seks w wielkim mieście – komedia romantyczna, USA [illegible]
21.22 Fisher King – dramat obyczajowy, USA [illegible]
0.04 Kill Bill 2 – film sensacyjny, USA 2004
2.46 Duża ryba – komedia, dramat, USA 2003
5.05 4 Blocks (4)

TVN FABUŁA
9.20 Diagnoza (10)
10.20 Magda M. (8, 9)
12.20 Zakochani po uszy 4
13.25 Singielka (42, 43)
14.30 Diagnoza (11)
15.30 Przepis na życie 2 (3)
16.30 Pokolenie mistrzów (2)
17.00 Szkoła filmowa – mag.
17.35 Motywy filmowe (2)
17.50 Życie od kuchni – komedia romant., 2007
20.00 Gra dla dwojga – komedia szpiegowska
22.35 Zamiana ciał – kom.
0.55 Świry – kom. krym.

FOX
12.50 Mentalista 4 (11, 12)
14.40 Lucyfer 2 (7)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (15)
16.30 Chicago Fire 9 (3, 4)
18.20 Chicago Med (7, 8)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9 (15)
21.05 Lucyfer 3 (1, 2)
22.55 Chicago Fire 9 (15)
23.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9 (15)

ID
6.00 Wyrok do podważenia
8.00 Mój sąsiad morderca
10.00 Prywatne śledztwa Tamron Hall
12.00 Śledztwo na własną rękę
14.00 W kręgu zła
15.00 Zapomniane ofiary
16.00 Więzy krwi
18.00 Żyjąc z potworem
22.00 Psychopata – znaki szczególne
23.00 Jeffrey Dahmer: morderca i kanibal
1.00 Żyjąc z potworem

POLSAT SERIALE
6.00 Gliniarze (271-273)
9.00 W rytmie serca (7-10)
13.00 Niania (39, 40)
14.00 Niania 3 (41, 42)
15.00 Świat według Bundych (206, 207)
16.00 Świat według Kiepskich
18.00 Gliniarze (312)
19.00 Malanowski i partnerzy (773, 774)
20.00 Znaki (11)
21.00 Furia – thriller, 2010
23.30 La Bamba – dramat
1.45 Na ratunek 112
3.10 Jednostka 19 (2)

TLC
12.00 Bawić się jak Amisze
13.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów
14.00 Wiza na miłość (17)
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Dr Pryszczylla
19.00 Mistrzowie remontu
20.00 Salon sukien ślubnych
21.00 Salon sukien ślubnych: Ameryka (5)
22.00 Suknie ślubne dla puszystych
23.00 Dr Pryszczylla: Dalsze losy
24.00 Nie do uwierzenia!

KINO TV
9.00 Komisarz Rex (10)
10.00 Książę i ja: Królewskie wesele – kom. romant.
12.00 Poirot (3)
14.00 Kopalnie króla Salomona – film przyg.
15.55 Zabójczy miesiąc miodowy – thriller, USA
17.50 Narzeczona dla księcia – film fantasy, USA
19.55 Poirot
21.00 Miś – komedia, Polska
23.35 Mściciel z Wall Street – film sensacyjny, 2013
1.40 Świt żywych trupów

PARAMOUNT CH.
7.50 Marci X – kom., USA
9.30 W rytmie hip-hopu
11.35 Gung Ho – kom., USA
14.00 Kung Fu Panda 2 – film anim., USA
16.00 Pingwiny z Madagaskaru (25)
16.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (2, 3, 7)
18.00 Dwóch i pół 6 (12-15)
20.00 Agent XXL 2 – komedia, USA 2006
22.20 xXx 2: Następny poziom – film sens., USA
0.40 Pulp Fiction – dramat

ALE KINO+
8.30 Cena milczenia (3, 4)
10.50 W pułapce myśliwego
12.45 Kobiety za kamerą (a)
14.00 Wolne pokoje – krótk.
14.40 Incydent w Loch Ness
16.25 Vivien Leigh. Przeminęła z wiatrem
17.30 Rykoszety – film krótk.
18.15 Babcia w zamrażarce – kom., Włochy 2018
20.10 Vera Drake – dramat społeczny, 2004
22.25 Zdrajca – dram. krym.
0.30 Arquette nie do zajechania

BBC FIRST
12.45 Doktor Who 6 (4)
13.40 Ojciec Brown 8 (3)
14.30 Lewis 2 (4)
15.25 Tajemnice Majorki (8)
16.20 Obiady piątkowe 4 (3)
16.50 Z pamiętnika położnej 2 (9)
17.50 Doktor Who 6 (5)
18.45 Ojciec Brown 8 (4)
19.40 Lewis 2 (5)
20.35 Tajemnice Majorki (9)
21.30 Ostatnie tango w Halifaksie 2 (4)
22.30 Rozstania (5)
23.35 Trygonometria (3)

CI POLSAT
14.15 Krwawe rozstania 5 (8)
15.10 Paragraf 148 – kara śmierci – mag. krym.
15.40 Polskie zabójczynie (6)
16.05 Łowca zbrodni 6 (17)
17.05 Kobiety, które zabijają 14 (2)
18.05 Podmiejski koszmar 5
19.05 Mistrzowie zbrodni (3)
20.05 Krwawe rozstania 5 (9)
21.00 Przeżyć mimo wszystko
22.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci (8)
23.00 Zabił mnie mąż (1)
23.55 Na imię jej śmierć

TELE 5
6.55 Autostrada do nieba
8.00 Droga wolna 2 – mag.
8.25 Coś śmiesznego (19, 2)
9.00 Telesprzedaż
12.30 Mango – telezakupy
14.45 Telesprzedaż
16.00 Autostrada do nieba
17.00 Kabaretowy Szał (1, 11)
19.00 Kabaretowy Szał 3 (5)
20.00 Kabaretowy Szał (8)
21.00 Misja na Marsa (3, 4)
23.00 Królowie żyta (7)
23.40 Coś śmiesznego – rozr.
24.00 Kabaretowy Szał (1)
1.00 Misja na Marsa (3, 4)

CBS EUROPA
9.50 Lekcja życia – dramat
11.35 W imię sprawiedliwości – dramat
13.25 Bandyci – western
15.15 Śpiew miłości – melodramat, 2006
17.00 Wtyczka – film sens.
18.50 Prezydent – miłość w Białym Domu – kom. romant., USA
21.00 Duma i uprzedzenie – film kostium., 2005
23.25 Siła muzyki – dramat obyczajowy, USA 2014
1.10 Radio na fali

EPIC DRAMA
10.25 Detektyw Murdoch 4
13.20 Zagadki kryminalne panny Fisher (7, 8)
15.45 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 2 (2)
17.45 Sprawy Frankie Drake
19.35 Detektyw Murdoch 11
21.30 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2)
22.30 Panna Marple: Zatrute pióro – film krym.
0.30 Biała księżniczka (3)
1.35 Detektyw Murdoch 11
3.05 Zagadki kryminalne panny Fisher (7)

SCI FI
6.00 Przygody Merlina 4
8.00 Herkules 3 (4-7)
11.40 Grimm (21, 22)
13.30 Gwiezdne wrota 7 (1, 2)
15.20 Przygody Merlina 4
17.10 Grimm 2 (1, 2)
19.00 DC's Legends of Tomorrow 2 (15, 16)
21.00 Wampiry: Dziedzictwo (11, 12)
23.00 Grimm 3 (7, 8)
1.00 Guardians: Misja superbohaterów – film sensacyjny, Rosja 2017

AMC
9.35 Zwycięski sezon – kom.
11.35 Najlepsi reżyserzy Hollywood 2 – mag. film.
12.05 Ardennes Fury – film
13.50 Projekt „Momentum" – thriller, 2003
15.40 Zoom In – mag. film.
15.50 Kowboje przestrzeni – komedia SF, 1996
17.40 Niepamięć – film SF
20.05 Opętanie – horror, USA 1999
22.00 Resident Evil: Apokalipsa – horror SF, 2004
23.50 Mutant – horror SF

AXN BLACK
7.50 Ultraviolet 2 (3, 4)
9.50 Rewir (7, 8)
11.35 MacGyver 3 (13-16)
15.15 Ultraviolet 2 (5, 6)
17.20 Niesamowity Spider-Man – przyg.
20.05 Django – western, USA 2012
23.40 Superfly – film sensacyjny, USA 2018
1.55 Future Man (10, 11)
3.05 Ultraviolet 2 (5, 6)
5.00 Squad (51)
5.45 Blok promocyjny AXN Black

COMEDY CENTRAL
6.00 Dwóch i pół 6 (8-11)
7.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (22-24)
9.10 Teoria wielkiego podrywu 6 (1)
9.35 Mamuśka (3, 4)
10.30 Przyjaciele 4 (6-11)
13.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (4-9)
16.00 Przyjaciele 4 (12-17)
19.00 Teoria wielkiego podrywu 6 (8-15)
22.30 Dwóch i pół 6 (12, 13)
23.30 Comedy Club 6 (12)
24.00 Włatcy móch 5 (7, 8)

POLSAT CC EXTRA
10.30 Kabaret na żywo (7)
12.30 Świat według Kiepskich (16, 17)
13.30 Przyjaciele 3 (23-25)
15.00 Przyjaciele 4 (1)
15.30 Co ludzie powiedzą
17.30 Świat według Kiepskich (19-21)
19.00 I kto tu rządzi? (11, 12)
20.00 Niania (1, 2)
21.00 Co ludzie powiedzą
23.00 Latający cyrk Monty Pythona 2 (10, 12)
0.25 Świat według Kiepskich (17, 18)

TVN STYLE
14.30 Ostre cięcie
15.15 Panny młode ponad miarę
16.15 W czym do ślubu?
16.50 Ugotowani
17.50 Kuchenne rewolucje
18.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
19.35 Kobieta na krańcu świata
20.10 Pani gadżet
20.40 Tu jest pięknie
21.25 Jestem z Polski
22.25 Patent na dom
23.25 Rośliny dla zielonych

POLSAT CAFÉ
13.30 Top Chef
15.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
16.00 Biedni kontra bogaci
17.00 Bogaty dom – biedny dom
18.00 Nasz nowy dom
19.00 Randka z nieznajomym
20.00 Zdrady
21.00 Bogaty dom – biedny dom
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady
24.00 Love Island. Wyspa miłości

HGTV
16.00 Dorota inspiruje 2
17.00 Weekendowa metamorfoza
18.00 Nowe życie w starym domu
19.00 Nowe życie na Hawajach 9
20.00 Zamieszkać na plaży 4
20.30 Zarobić na remoncie 6
21.00 Dom taki jak ty 2
21.30 Wymarzone ogrody 4
22.00 Dom potrzebny od zaraz
23.00 Zarobić na remoncie – Nashville 2

CANAL+ DOMO HD
15.35 Zachwycające kurorty Tajlandii
16.35 Wyzwanie – nowe mieszkanie 13 – mag.
17.00 Gardeners' World 13
18.00 Ucieczka na wieś 18
19.40 Daleko od miasta 7
20.10 Cudotwórcy 5 – mag.
21.00 Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 4
21.55 Wielkie projekty: nasza ulica
22.55 Remont po kosztach
23.55 Gdzie rosną pieniądze

FOOD NETWORK
14.00 Człowiek kontra jedzenie – mag. kulinarny
14.30 Ugotowani
15.30 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję
17.00 Sztuka mięsa – mag.
19.10 Przepis na sukces
19.40 Sexy kuchnia Magdy Gessler – mag. kulin.
20.45 24 h w kulinarnym piekle – program rozr.
21.45 Zawodowcy od grilla
22.45 MasterChef – pr. rozr.
0.15 Człowiek kontra jedzenie – mag. kulinarny

CANAL+ KUCHNIA
17.00 30 minut Jamiego
18.00 Francuskie wędrówki Julie 6
19.05 Nie bój ryby!
19.35 U sąsiadów w kuchni 8
20.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9
21.45 ABC gotowania – kuchnia grecka
22.15 Jakubiak rozgryza Polskę
22.45 Meksykańska fiesta z Peterem Kuruvitą
23.45 Francuskie eskapady Ricka Steina

TVP HD
Ojciec Mateusz 9
Zmnie się nie martw 6
Ranczo 8
Wojciech Cejrowski – boso przez świat
To był rok! – pr. rozr.
Ojciec Mateusz 3
Ranczo 8
Rodzinka.pl
Komisarz Alex 15
Miłości nie kupisz – komedia romant., USA 2017
Ranczo 4

WP
Pokochaj lub sprzedaj 6
Pokochaj lub sprzedaj Vancouver
WP News 16:50 – inf.
Pokochaj lub sprzedaj – wakacyjne domy
Mam talent Ameryka 15 – pr. rozr.
Najbardziej ekstremalne... 2
Wojny magazynowe – Nowy Jork
1, 2, 3... Kabaret! 2
Mistrzowie Kabaretu 5

ZOOM TV
Dochodowy remont 7
Beztroskie życie milionerów
Najbardziej luksusowe linie lotnicze
Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
Co ludzie powiedzą? 2
Co ludzie powiedzą?
U Pana Boga w ogródku
Sąsiad mój wróg 5
Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
Magia nagości 2

TVP KULTURA
16.50 Ucieczka z kina „Wolność" – dramat społeczny, Polska 1990
18.30 Podróż za jeden uśmiech
19.40 Muzeum Polskiej Piosenki
20.00 Zagubieni – komedio-dramat, Czechy 2015
21.55 Co dalej?
22.30 Villa Visconti Borromeo Litta. Cztery wieki historii
0.15 Morderstwo na zlecenie – krym., '79

TVP HISTORIA
16.10 Było, nie minęło
15.40 Marzyciele
17.15 Jak istnieje świat. O Romanie Ingardenie
18.15 Wpół do Trzeciej RP
18.40 Rok 1981. Kalendarium
18.50 Czterej pancerni i pies
19.35 „Czterej pancerni i pies", odc. 7
20.00 Historia broni
21.05 Azjatyckie stulecie
22.00 Chinatown – dramat kryminalny, USA 1974
0.05 Dickensian – Dickensiada

DISCOVERY CH.
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita
14.00 Bimbrownicy
15.00 Złomowisko PL
16.00 Morze złota
17.00 Celnicy na straży Europy
18.00 Lotnisko
19.00 Zawodowcy: drwale
20.00 Złomowisko PL
21.00 Bracia Collins biorą się do roboty
22.00 Nic do zgłoszenia
23.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata

NATIONAL GEOGR.
13.00 Łowcy huraganów
14.00 Szlakiem przeklętych miejsc
15.00 Porzucone konstrukcje
16.00 Supersamochody
17.00 Zimna wojna: Naukowy wyścig
18.00 Europa z powietrza
20.00 Megastadiony
21.00 Odludna wyspa
22.00 Przygoda z Bearem Gryllsem
23.00 Kosmos
24.00 Katastrofa w przestworzach

TVP ABC
14.45 Strażak Sam
15.15 Halo halo!
15.25 Zagadki zwierzogromadki
15.45 Yakari
15.55 Przyjaciele z podwórka
16.25 Clifford – wielki czerwony pies
16.55 Kucharz Shane
17.10 Wissper
17.30 Robot Trains
18.05 Mia i ja
18.30 Zagubiona w Oz
19.00 Wieczorynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

PLANETE+
14.00 Zbudujmy to jeszcze raz!
16.00 Obrzędy i rytuały świata
17.00 360° Świat bez granic 6
18.00 Świat z góry 7
19.00 Polska z góry 5
20.00 Czy uratujemy Wielką Rafę?
21.00 Zagrożone miasta
22.00 Bitwa o Księżyc – od Sputnika do Apollo
23.00 Co kosmos robi z ludzkim ciałem?

DISCOVERY HISTORIA
11.00 Żyłem, jak chciałem
12.00 Generał
14.30 Al Murray w drodze do Berlina
15.00 Polscy szpiedzy
16.00 Muzealne tajemnice
17.00 Łowcy staroci
19.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
20.00 Komedia to nie zabawa. Jiří Menzel
21.50 Hitler kontra Picasso i spółka
24.00 Muzealne tajemnice

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
8.00 Ground Zero – odbudowa
11.00 Jak to jest zrobione?
14.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
19.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny
23.00 Niemiecka budowlanka
24.00 Porzucone konstrukcje

NATIONAL GEO. WILD
12.00 Dzikie miejsca Europy
13.00 Wrogi świat
14.00 Polowanie na myśliwego
15.00 Uwaga! Niezły pies
16.00 Niezwykły dr Pol
18.00 Człowiek i dzika przyroda
19.00 Węże w mieście: zaklinaczka
20.00 Niezwykły dr Pol
21.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Afryki
22.00 Niezwykły dr Pol
23.00 Reguły przetrwania

NICKELODEON
12.40 Alvinnn!!! i wiewiórki
13.25 Wróżkowie chrzestni 9
13.50 Harmidom 2
14.40 SpongeBob Kanciastoporty 8
16.00 Po prostu Kucek
16.25 Zagadki rodziny Hunterów 4
17.20 Game Shakers. Jak wydać grę 2
18.20 Niebezpieczny Henryk 5
19.15 Grzmotomocni
19.40 Dodaj magii 2
20.05 Zmiksowana Kally

POLSAT DOKU
8.00 Hardkorowy lombard
9.00 Gliniarze
11.00 Polacy w świecie
13.00 Poszukiwacze historii
13.55 Niewyjaśnione zagadki
14.55 Najdziwniejsze restauracje świata 2
15.20 Grecja jest piękna
17.40 Świat z góry
20.00 Niezwykłe pociągi
22.00 Pociągi, które zmieniły świat
0.20 Druga wojna w kolorze

POLSAT V. HISTORY
12.05 Wojna asów przestworzy
14.20 Tajna wojna
15.25 Na polu bitwy
16.40 II wojna światowa: cena imperium
17.50 Muzeum pełne tajemnic 11
18.40 Tajemnice sześciu żon
19.55 Na ratunek Pompejom
21.00 Historia odkryta na nowo 2
22.05 Wojenne fabryki 2
23.05 Normandia '44: inwazja

POLSAT V. EXPLORE
13.35 Turkusowa gorączka
14.35 Australijscy poszukiwacze złota 4
15.30 Australijscy łowcy bydła
16.10 Turkusowa gorączka
17.05 Rzeczne potwory 9
18.10 Australijscy poszukiwacze złota 3
20.00 Australijscy poszukiwacze złota 5
22.00 Turkusowa gorączka
22.55 Gruchoty – reaktywacja
0.55 Rzeczne potwory 9

BBC EARTH
10.45 Tajemnice wielkich fabryk
11.45 Dziewięć najważniejszych miesięcy
12.50 Miejsca święte
13.55 W okowach mrozu 6
15.55 Życie na pustkowiu 2
16.55 Zabójcze kataklizmy
17.55 Dziewięć najważniejszych miesięcy
18.55 Jak budowano imperia
19.55 Błękitna Planeta 2
20.55 Życie na pustkowiu 4
21.55 W okowach mrozu 8
23.00 Chirurdzy dziecięcy

CARTOON NETWORK
13.55 Niesamowity świat Gumballa 3
14.54 Młodzi Tytani: Akcja! 2
15.45 Kicia Rożek 2
16.40 Niesamowity świat Gumballa 5 str. 22
17.05 Niesamowity świat Gumballa 2
17.31 Craig znad Potoku 2
18.00 Młodzi Tytani: Akcja! 5
18.55 Niesamowity świat Gumballa
19.52 Power Players
20.20 Bakugan: Przymierze wojowników

TRAVEL CHANNEL
14.40 Porada na weekend
15.45 Dziwaczne potrawy
16.45 Operacja: LOT 2
17.45 Luksusowe życie zwierząt
18.50 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
19.25 Makłowicz w drodze 2
20.35 Kossakowski. Szósty zmysł. Rosja
22.15 Nagi instynkt przetrwania
23.15 Coyote Peterson na tropie niezwykłych gatunków

HISTORY
12.10 Bitwy magazynowe 3
13.05 Wojny magazynowe 7
14.00 Bitwy magazynowe 5
14.55 Gwiazdy lombardu 9
15.20 Wykute w ogniu 7
16.15 Wykute w ogniu 5
17.10 Ludzie gór 4
18.10 Ludzie gór 5
19.05 Bitwy magazynowe 5
20.00 Jedzenie, które zmieniło świat 2
21.00 Złoto Bałtyku
22.00 Klątwa Wyspy Dębów 8
23.00 FBI: Ścigani

DTX
12.00 Królowie asfaltu
13.00 Ciężarówką po antypodach
14.00 Fani czterech kółek
17.00 Ale jazda
17.30 K2 – kierowców dwóch
18.00 Auto-naprawa
19.00 Brudna robota
20.00 Niechciani w Gas Monkey
21.00 Teksański tuning 3
22.00 Uliczne wyścigi: Nowy Orlean
23.00 Ninja: ostateczne wyzwanie

CBS REALITY
12.00 Na miejscu zbrodni 6
13.00 Zakładnik – piekło przetrwania
14.00 Hardcorowy Lombard
16.00 Strzegąc granic 9
17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
18.00 Na straży australijskich granic 6
20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 4
21.00 Tropami zbrodni 2
22.00 48 godzin 32
23.00 Mordercy w koloratkach

MINIMINI+
14.00 Barbie: Dreamhouse Adventures
14.50 Enchantimals: Magiczne opowieści
15.00 Marta mówi
16.40 Luluś i Kropka budują
17.00 Dzieciaki straszaki
17.35 Bing
17.55 Frytka i Kartofelcia
18.20 Tomek i Przyjaciele
18.55 Bob Budowniczy
19.25 Dzieciaki straszaki
19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures
20.30 Trojaczki

METRO
15.35 Detektyw Monk 4
16.35 Łowcy staroci 12
17.35 Walka o bagaż
18.05 Wojny magazynowe – Teksas 2
18.35 Wojny magazynowe – Teksas 3
19.00 Celnicy na straży Europy
19.30 Celnicy na straży Europy 2
20.00 Gorączka złota 7
21.00 Chyłka – Zaginięcie
22.00 Górnicy PL
23.00 Złodzieje 2 – magazyn

TVP POLONIA
16.10 Margolcia i Miś zapraszają dziś – pr. muz.
16.30 Rodzinka.pl
17.00 Teleexpress
17.20 Zakochaj się w Polsce
17.50 Gra słów. Krzyżówka
18.20 Barwy szczęścia
18.50 Nad Niemnem – mag.
19.10 Studio Lwów – pr. inf.
19.30 Wiadomości
20.20 Ojciec Mateusz 2
22.05 Polonia 24 – mag. inf.
22.35 Ocaleni – reality show
23.30 Rodzinka.pl
24.00 Focus on Poland – inf.

NOWA TV
6.45 Obraz dnia – pr. inf.
7.35 Pod lupą – magazyn
8.00 Byli sobie podróżnicy
8.40 Daleko od noszy 2
10.10 Malanowski i partnerzy
12.20 Dlaczego ja?
15.15 Więzienie
18.15 Gliniarze
20.15 Zdrady
21.00 Gra o życie – film sensacyjny, USA 2008
23.05 Wpół do śmierci – film sensacyjny, Niemcy/USA 2002

ESKA TV
13.00 Przesłuchanie – rozr.
14.00 Historia jednej piosenki – pr. muz.
15.00 Made in Poland
16.00 Jazdy Gwiazdy – rozr.
17.00 Co się słucha? – muz.
18.00 HITY Baby One More Time – pr. muzyczny
19.00 Made in Poland
19.55 Eska TV info – pr. inf.
20.00 Miejska lista – muz.
21.00 Nagrywarka – rozr.
22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
23.00 Warsaw Shore

TV TRWAM
19.30 Poznajemy Polskę
19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Mojżesz – 10 przykazań
22.55 Pierwsze życie na ziemi
23.45 100 cudownych miejsc na świecie

TVP 1

7.00 Transmisja mszy św.
7.30 Rodzinny ekspres
8.00 Wiadomości; Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.35 Ranczo (2) – obycz.
9.40 Komisarz Alex 13 (156) – krym., Pol.
10.40 Ojciec Mateusz 18 (235) – krym., Pol.
11.25 Uzdrowisko (3)
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes – mag.
12.30 Agropogoda – pr. inf.
12.35 Rok w ogrodzie extra
12.50 Dzika Albania – dok., Austria 2017
14.00 Wiadomości; Alarm!
14.30 Gra na Maksa (6) – obycz. str. 5
14.40 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy B: Finlandia – Rosja
17.00 Teleexpress
17.15 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3829) – telen.
18.20 Kasta (160) – serial
18.55 Jeden z dziesięciu
19.25 Sport; Wiadomości
20.10 Gra na Maksa (5)
20.14 Alarm! – magazyn
20.30 Gra na Maksa (6)

20.35 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy A: Włochy – Szwajcaria

23.20 **Power Rangers** ** – film przygodowy, USA/Hongkong/Japonia/Meksyk/Kanada/Nowa Zelandia 2017, reż. Dean Israelite, wyk.: Dacre Montgomery, RJ Cyler (130 min)
1.30 **wojsko-polskie.pl (155)** – cykl reportaży, Polska 2021
1.55 **Niesforny szwagier** ** – komedia, USA 2016, reż. Osmany Rodriguez, Matt Villines (105 min)
3.40 **Pogoda na piątek (8)** – serial obycz., Polska 2006

TVP 2

5.30 **Na dobre i na złe (685)** – obycz., Pol.
6.25 **Obca ziemia: Ostatnie zagłady w Treblince** – rep., Polska 2021
6.50 **Familiada** – telet.
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – mag.
7.55 **Pytanie na śniadanie**
10.40 **Panorama**
10.50 **Pytanie na śniadanie**
11.15 **Policzmy się dla Polski** – cykl fel.
11.30 **Dziewczyny ze Lwowa (8)** – obycz., Pol. 2015
12.30 **Koło fortuny (783)**
13.15 **Pensjonat nad rozlewiskiem (3)**
14.05 **Va banque (115)**
14.35 **Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów** – studio
14.50 **Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów** – mecz: Japonia – Polska
17.00 **Rodzinka.pl (243)**
17.25 **Gra na Maksa (6)**
17.35 **Piłka nożna: Euro 2020** – studio

17.50 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy A: Turcja – Walia

20.15 **Gra na Maksa (6)** – obycz., Pol. 2021
20.25 **Miasto skarbów (3)** – serial kryminalny, Pol. 2017 str. 21
21.15 **Lepsza połowa 2 (19)** – serial kom., Pol. 2020 str. 20
21.50 **Krawcowa z Madrytu (16, 17-ost.)** – serial obycz., Hiszpania 2013-2014 str. 20
23.50 **Rozstanie po włosku** ** – komedia romant., Niemcy 2014 (100 min)
1.30 **Geniusz: Picasso (10-ost.)** – serial biograf., USA 2018

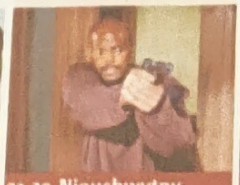
POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – muz.
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień** – pr. inf.
8.40 **Malanowski i partnerzy (246, 247)** – fab.-dok., Pol. 2010
9.40 **Sekrety rodziny (152)** – paradok., Pol.
10.40 **Dlaczego ja? (479)** – paradok., Pol. 2013
11.40 **Gliniarze (532)** – paradok., Pol. 2021
12.50 **Wydarzenia**
13.25 **Interwencja** – mag. reporterów
13.40 **Trudne sprawy (826)** – paradok., Pol. 2018
14.40 **Dlaczego ja? (992)** – paradok., Pol. 2020
15.50 **Wydarzenia; Pogoda**
16.15 **Interwencja** – mag. reporterów
16.35 **Gliniarze (477)** – paradok., Pol. 2020
17.40 **Sekrety rodziny (183)** – serial paradok., Pol. 2021
18.50 **Wydarzenia**
19.25 **Gość „Wydarzeń"** – pr. publicystyczny
19.45 **Sport, Pogoda**

20.05 Jak rozpętałem II wojnę światową (3-ost.): Wśród swoich – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk.: Marian Kociniak, Wirgiliusz Gryń, Joanna Jędryka (100 min)
21.45 **Książę i ja** ** – komedia romant., USA/Czechy 2004, reż. Martha Coolidge, wyk.: Julia Stiles (145 min)
0.10 **Jaja w tropikach** ** – komedia, Niemcy/USA/Wlk. Bryt. 2008, reż. Ben Stiller, wyk.: Ben Stiller (150 min)
2.40 **Tajemnice losu** – pr. rozrywkowy

TVN

5.40 **Uwaga!** – mag. rep.
6.00 **Ukryta prawda (1194)** – paradok.
7.00 **Kuchenne rewolucje (11)** Bielsko-Biała, Relaks – pr. rozr., Pol. 2015
8.00 **Dzień Dobry TVN**
11.35 **Doradca smaku (24)**
11.45 **Ukryta prawda (934, 1195, 774)**
14.55 **Szpital (429)** – serial
16.00 **LAB (17)** – serial krym., Polska 2021
17.00 **Kuchenne rewolucje (3)** Bolesławiec, Pod Złotym Aniołem – pr. rozr., Pol. 2015
18.00 **Ukryta prawda (935)**
19.00 **Fakty**
19.25 **Uwaga! Koronawirus (370)**
19.35 **Sport, Pogoda**
19.55 **Uwaga!** – mag. rep.
20.10 **Doradca smaku (14)** – mag. kulin., Pol.
20.15 **Na Wspólnej (3240)** – obycz. str. 5 i 21
20.55 **Milionerzy (380)** – telet., Polska 2020



21.30 Nieuchwytny ** – film sensacyjny, USA 1996, reż. John Gray, wyk.: Steven Seagal, Keenen Ivory Wayans, Bob Gunton, Brian Cox, John M. Jackson, Michelle Johnson, Stephen Tobolowsky, Peter Jason, Ryan Cutrona, Richard Gant (115 min)
23.25 **Ostatnia misja** ** – film sensacyjny, Polska 1999, reż. Wojciech Wójcik, wyk.: Peter J. Lucas, Janusz Gajos, Ewa Gorzelak, Mirosław Baka (135 min)
1.40 **Uwaga!** – mag. rep.
2.00 **NOC Magii**

TVN 7

5.40 **Szpital (735)** – serial
6.40 **Idealna niania 2 (9/11)** – reality show, Polska 2013
7.25 **Zakochani po uszy 5 (354)** – telen., Pol.
8.00 **Ukryta prawda (1103-1105)** – serial
11.00 **Szpital (736)** – serial
12.00 **Szkoła (621)** – serial
13.00 **19+ (582, 583)** – paradok., Pol. 2021
14.00 **Sąd rodzinny (170)** – serial fab.-dok., Pol.
15.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska (608)** – fab.-dok., Pol. 2011
16.00 **Ukryta prawda (904)** – paradok., Pol. 2018
17.00 **Idealna niania 2 (11)** – reality show, Polska 2013
17.45 **Idealna niania 3 (1/13)** – reality show, Polska 2013
18.30 **Brzydula (44, 45/55)** – serial komediowy, Pol. 2008 str. 21
19.30 **Zakochani po uszy 5 (355)** – telenowela, Pol. 2021 str. 21

20.00 Dobre kino: Plan doskonały – thriller, USA 2006, reż. Spike Lee, wyk.: Denzel Washington, Clive Owen, Jodie Foster, Christopher Plummer, Willem Dafoe, Carlos Andrés Gómez, Kim Director, James Ransone (160 min)
22.40 **Godziny szczytu** ** – komedia sens., USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk.: Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung (130 min)
0.50 **Wizyta** – horror, USA 2015, reż. M. Night Shyamalan, wyk.: Olivia DeJonge, Ed Oxenbould (120 min)
2.50 **NOC Magii**

TV 4

6.00 **Gliniarz i prokurator (76)** – krym., USA
7.00 **Strażnik Teksasu (3)**
8.00 **Nasz nowy dom (117)** – reality show
9.00 **Pierwsza miłość (3180)** – obycz., Pol.
9.50 **Święty (12)** – serial kom., Polska 2020
10.20 **Fabryka jedzenia (23, 24)** – dok., Kan.
11.20 **Detektywi w akcji (75)** – fab.-dok., Pol.
12.20 **Kobra – oddział specjalny (1)** – serial sens., Niemcy 2018
13.25 **STOP Drogówka**
15.30 **Hardkorowy lombard (1, 7, 8)** – serial dok., USA
17.00 **Septagon (78)** – krym., Polska 2019
18.00 **Kochane pieniądze (23)** – paradok., Pol.
19.00 **Policjantki i Policjanci (733)** – obycz., Pol. 2020
20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (452)** – serial kryminalny, Polska 2020

21.00 Na straży prawa ** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Mark Alec Shackleton, wyk.: Guy Pearce, Devon Sawa, Branscombe Richmond, Barbie Blank, Kelly Greyson, Dwayne Cameron, John Lewis (120 min)
23.00 **Wzór (40)** – serial krym., USA 2006
0.05 **Śmierć na 1000 sposobów (1, 2, 11)** – dok., USA 2010
1.35 **Ucho Prezesa 2 (6, 7)** – serial kom., Polska 2017
2.10 **Połączeni (10)** – pr. rozr., Pol. 2020
2.25 **Disco Polo Life** – pr. muz., Pol. 2021

TVP SERIALE

10.30 Na dobre i na złe (8)
11.30 Ranczo 7 (86)
12.20 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze (4)
12.40 Rodzinka.pl (204, 205)
13.45 Ojciec Mateusz 14 (181, 182)
15.35 Komisarz Alex 14 (172)
16.25 Komisariat (8)
16.55 Na sygnale (66)
17.30 Ranczo 7 (87, 88)
19.30 Ojciec Mateusz 14 (183)
20.25 Ojciec Mateusz 20 (252)
21.25 Ranczo 7 (89, 90)
23.20 Ojciec Mateusz 14 (184)

TVP ROZRYWKA

11.45 Familiada – teleturniej
12.20 Postaw na milion
13.20 Kabaretowa mapa Polski – pr. rozrywkowy
16.20 Życie to kabaret
18.25 Okrasa łamie przepisy
18.55 Makłowicz w podróży
19.30 Gra słów. Krzyżówka
19.55 Va banque – telet.
20.35 Postaw na milion
21.30 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
22.25 Dance Dance Dance 3 (1, 2) – rozr., Pol. 2021
0.45 Koło fortuny – telet.

STOPKLATKA

10.25 Doktor Martin (3, 4)
12.25 Chicago Fire 4 (23)
13.15 Katastrofy w przestworzach (109, 110)
15.25 Strefa zimna – film SF, USA 2017
17.00 Chicago Fire (1)
17.55 Wojny magazynowe: Kanada 2 (13-16)
20.00 Zemsta frajerów – komedia, USA 1984
21.50 Rob Roy – film przyg., USA/W. Bryt. 1995
0.45 Detoks – thriller, USA/Niemcy 2002

SUPER POLSAT

11.00 Nasz nowy dom (192)
12.00 Niania (81, 82)
13.00 Chirurdzy (303, 304)
15.00 Top Chef
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 2 (9)
18.00 Nasz nowy dom (193)
19.00 Świat według Kiepskich (193)
19.50 Koszykówka mężczyzn
21.55 Przyjaciele z kasą – komedia obyczajowa, USA 2006
23.50 Spłączka (2) – dramat SF, USA 2012

TTV HD

16.05 Królowe życia 5 (7)
16.55 Wyburzacze (3) – rozr.
17.45 Express – pr. inform.
18.05 DeFacto 10 (2)
18.35 Gogglebox. Przed telewizorem 13 (15) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Damy i wieśniaczki. PL (9)
21.05 Patent na... – mag.
21.45 Express – pr. inform.
22.00 COOL turyści (2) – rozr.
22.30 Usterka 11 (2)
23.10 Gogglebox. Przed telewizorem 12 (1) – rozr.

TVS

16.00 Silesia flesz; Pogoda
16.15 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
17.15 Na dwóch kołach
17.45 Silesia flesz
17.55 Loża prezydentów
18.30 Srebrne Katowice
19.00 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
20.00 Silesia flesz; Pogoda
20.20 Napisała: Morderstwo
21.25 Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar
22.25 Kierunek zdrowie
23.00 Silesia flesz; Pogoda

PULS

...ntowany anioł
– telen., Argen
..., 1998-1999
...bard. Życie
...zastaw 4 (176)
– serial obyczajowy,
Polska 2019
...bard. Życie
...zastaw 8 (368)
– serial obyczajowy,
Polska 2021
...dzinny interes 3
...) – serial obycz.,
Polska 2020
...ntowany anioł
(93, 94) – telen., Ar
...tyna 1998-1999
...kinaczka
...chów 3 (56, 57)
– fantasy, USA 2008
...ombard. Życie pod
...zastaw 4 (177, 178)
– serial obyczajowy,
Polska 2019
...dzinny interes 3
(114, 115) – serial
obycz., Polska 2020
...ombard. Życie pod
...zastaw 8 (370, 371)
– serial obyczajowy,
Polska 2021

...Koliber – dramat sens., USA/Wielka Brytania 2013, reż. Steven Knight, wyk.: Jason Statham, Agata Buzek, Vicky McClure, Benedict Wong (120 min)
...Ostateczna rozgrywka – dramat sensacyjny, Wielka Brytania 2018, reż. Scott Mann, wyk.: Dave Bautista, Pierce Brosnan, Ray Stevenson (120 min)
...Strażnik czasu – thriller SF, USA/Japonia 1994, reż. Peter Hyams, wyk.: Jean-Claude Van Damme, Mia Sara, Ron Silver (120 min)
...Zobacz to!

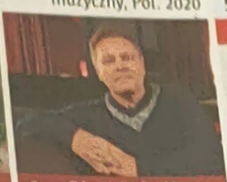
FOKUS TV

6.00 **Wehikuł czasu**
6.15 **Redakcja: Dział Śledczy (11)**
7.15 **Wehikuł czasu**
7.20 **Pod lupą (4, 5)** – mag. popularnonaukowy, Pol. 2015
8.25 **Poszukiwacze historii (7)** – serial dok., Polska 2019
8.45 **Drwale (4, 5)** – reality show, USA 2014-2015
10.45 **Łowcy opali (11)** – serial dokumentalny, Australia 2019
11.45 **Starożytni kosmici (2)** – serial dokumentalny, USA 2015
12.40 **Handlarze historią (8)** – pr. rozr., Wielka Brytania 2018
13.35 **Wojny magazynowe (9-12)** – reality show, USA 2012
15.35 **Kryptonim szef (5, 6)** – serial dokumentalny, USA 2016
17.20 **Łowcy opali (11)** – serial dokumentalny, Australia 2019

18.05 **Starożytni kosmici (15, 16)** – serial dokum., USA 2016
20.00 **Rolnicy. Podlasie (15, 16)** – serial dok., Polska 2020
22.00 **Wojny magazynowe (17, 18, 20, 19, 21)** – reality show, USA
0.20 **Podwodna wojna (5)** – serial dokum., Kanada 2016-2018
1.20 **Misja skarb (8)** – mag. popularnonaukowy, Pol. 2019
2.20 **Poszukiwacze historii (11, 12)** – serial dok., Polska 2019
3.05 **OSP. Na ratunek! (6)** – serial dok., Polska
4.00 **Kołowrotek (1, 2)**
5.00 **Tajna historia XX wieku (1, 2)**

POLO TV

6.00 **To hit!** – pr. muz.
6.15 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muz.
7.00 **To hit!** – pr. muz.
7.15 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muz.
8.00 **To hit!** – pr. muz.
8.15 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muz.
9.00 **To hit!** – pr. muz.
9.15 **7 wspaniałych**
10.00 **Tego słuchacie**
11.00 **Tylko dance** – program muzyczny
12.00 **To hit!** – program muzyczny, Polska
12.15 **Tylko dance** – program muzyczny
13.00 **To hit!** – program muzyczny, Polska
13.15 **Tego słuchacie** – program muzyczny
14.30 **I love disco** – pr. muzyczny, Polska
15.15 **Selfie z fanem** – pr. muzyczny, Polska
16.00 **Lista przebojów Polo TV** – pr. muz.
16.30 **Koncert życzeń z Teresą Werner** – pr. muzyczny, Pol. 2020



18.00 **Disco Polo Live** – program muzyczny, Polska

Lider grupy Classic, Robert Klatt, przedstawia najciekawsze wydarzenia w muzyce disco polo.

19.00 **Videomix** – program muzyczny, Polska 2012
20.00 **Wielkie Festiwale Polo TV** – program muzyczny, Polska
21.30 **Miłość w rytmie disco** – serial obycz., Polska 2014
22.45 **Letnia Scena Polo TV** – program muzyczny, Polska 2020
23.45 **I love disco** – pr. muzyczny, Polska
1.00 **Disco noc w Polo TV!** – pr. muzyczny, Pol.

TVN 24

5.55 **Powitanie poranka**
6.00 **Serwis informacyjny**
7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
7.45 **Serwis informacyjny**
15.00 **15 na żywo**
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – pr. informacyjny
20.00 **Kropka nad i**
20.30 **Czarno na białym** – magazyn
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe** – pr. rozrywkowy
23.00 **Dzień po dniu**
23.40 **Bilans dnia**
24.00 **Fakty po Faktach** – pr. informacyjny
0.40 **Kropka nad i**
1.15 **Tak jest** – pr. publ.
2.15 **Maja w ogrodzie**
2.35 **Akademia ogrodnika**
2.40 **Kropka nad i**
3.10 **Szkło kontaktowe**
4.15 **Polska i świat**
5.00 **Maja w ogrodzie**
5.25 **Akademia ogrodnika**
5.30 **Fakty po Faktach**

TVP INFO

7.51 **Agrobiznes**
7.56 **Agropogoda**
8.00 **Jedziemy dalej**
8.15 **Serwis Info**
8.18 **Minęła ósma**
9.00 **Serwis Info**
9.11 **Minęła dziewiąta**
10.00 **Serwis Info**
12.00 **Info Raport**
13.29 **Serwis Info**
15.29 **Info dzień**
16.30 **Koronawirus. Szczepionka**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.30 **O co chodzi**
18.00 **Panorama**
18.19 **Serwis Info**
18.37 **O tym się mówi**
19.30 **Wiadomości**
19.58 **Gość „Wiadomości"**
20.13 **Minęła dwudziesta**
21.00 **Nie da się ukryć**
21.25 **Serwis Info**
21.50 **W tyle wizji**
22.25 **Serwis Info**
22.30 **W tyle wizji extra**
23.00 **INFO wieczór**
23.30 **W akcji**
23.55 **Serwis Info**
0.03 **Wiadomości**

POLSAT NEWS

5.00 **Stołeczna drogówka**
5.20 **Z klimatem i z pasją**
5.45 **Interwencja**
6.00 **Nowy dzień** – inf.
7.40 **Graffiti** – pr. publ.
8.00 **Nowy dzień** – inf.
9.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia**
13.30 **W rytmie dnia**
15.50 **Wydarzenia**
16.10 **Więcej Wydarzeń**
16.30 **Godziny szczytu**
18.00 **Punkt widzenia**
18.50 **Wydarzenia**
19.25 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata dnia**
21.00 **Raport** – pr. inf.
21.50 **Wydarzenia**
22.30 **Dzień na świecie**
23.00 **Obraz dnia**
23.45 **Biznesowy obraz dnia** – pr. inf.
0.05 **Gość „Wydarzeń"**
0.25 **Wydarzenia**
1.00 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
1.20 **Interwencja**
1.35 **Łowca pedofilów**
2.00 **Z klimatem i z pasją**
2.20 **Superludzie**

TVP SPORT

8.00 Studio EURO – mag.
9.00 EUROdebata – mag.
10.00 Studio EURO – mag.
12.00 Mecz dnia – magazyn
13.00 Łączy nas EURO
14.00 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy B: Finlandia – Rosja
17.50 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy A: Turcja – Walia
20.50 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy A: Włochy – Szwajcaria
23.30 EUROwieczór – mag.

EUROSPORT 1

16.35 Building the Legend
17.35 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
18.35 Kolarstwo
19.00 Igrzyska olimpijskie
20.05 Essential Olympic Stories – mag. sportowy
20.15 Kolarstwo – Adriatica Ionica Race – 2. etap
21.45 Cycling Show – mag.
22.15 FIM WEC – Wyścig 24-godzinny w Le Mans
23.30 Formuła E – Podsumowanie sezonu

EUROSPORT 2

14.30 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
16.30 Kolarstwo – Critérium du Dauphiné
18.30 GolfTV Weekly – mag.
19.00 Snooker – Turniej Masters w Milton Keynes
21.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Sydney 2000 – magazyn, 2017
22.00 Kolarstwo – Critérium du Dauphiné
24.00 Snooker – Turniej Masters w Milton Keynes – mecz półfinałowy

POLSAT SPORT

11.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Serbia – Bułgaria
14.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Japonia – Polska
17.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Kanada – Niemcy
20.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Iran – Brazylia
22.45 Cafe Euro – mag., Pol.
1.00 Sporty walki – Gala KSW

POLSAT SPORT EXTRA

6.00 Piłka nożna z archiwum
8.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
13.00 Tenis – Turniej ATP w Londynie – mecz 2. rundy
21.00 Piłka nożna z archiwum
23.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: USA – Francja
1.00 Boks

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Sporty walki – KSW 43
10.30 Boks
13.40 Atleci – magazyn
14.05 Boks
16.00 Sporty walki – FEN 28
19.50 Sporty walki – walka: Daniel Skibiński – Lom-Ali Nalgiev 13.12.2019
23.05 Boks – Gala w Raszynie
2.10 Boks – Gala w Szczecinie
5.25 Sporty walki – FEN 16: Warsaw Reloaded

POLSAT PLAY

... Więzienny świat (5, 6)
... Hardkorowy lombard
... Więzienie (42-45)
... Poszukiwacze historii
... Górale (101)
... Polski lombard Walusia (17)
... Budowlańcy (41)
... Nie mów do mnie śmieciarzu!
... Tak się kręcą rodzinne interesy (23)
... Hardcorowa miłość
... Łowca pedofilów (120)
... Więzienie (3, 4)

TVN TURBO

15.45 Zawodowi handlarze
16.30 Uwaga! Pirat! (8)
17.15 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo
18.15 101 napraw (2)
18.45 Borys kontra gadżety
19.15 Służby ratownicze (3)
20.00 Ciężarówką przez Afrykę (6)
21.00 Zakup kontrolowany
22.00 Raport Turbo
22.15 101 gadżetów motoryzacyjnych (10)
22.45 Klimek kontra Duda (2)
23.30 Militaria na warsztat

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 SuperNews
22.29 Tok Szok – talk-show
23.00 Interwencja

POLSAT SPORT NEWS

10.07 Koszykówka mężczyzn – mecz towarzyski
12.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Słowenia – Australia
14.30 Wyścigi konne – Royal Ascot
19.30 Koszykówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Tunezja
22.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Holandia – Włochy
1.00 Sporty walki – Gala FEN

CANAL+ SPORT

11.00 Koszykówka mężczyzn – Liga hiszpańska
13.00 Piłka nożna – Liga angielska
15.00 Tenis – Turniej WTA w Berlinie
19.00 Ekstraklasyka (13)
19.25 Premierowa jazda
19.45 Basket+
20.00 O co biega? – mag.
20.30 Twardzielki
21.00 Koszykówka mężczyzn – NBA – faza play-off
23.00 Piłka nożna – Liga hiszpańska

NSPORT+

13.00 1 na 1 Extra – mag.
14.00 News+ – magazyn
15.00 Żużel – PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Moje Bermudy Stal Gorzów
18.00 Koszykówka mężczyzn – NBA
20.00 Magazyn eWinner 1. ligi żużlowej – mag.
20.30 Żużel – eWinner 1. liga żużlowa: Cellfast Wilki Krosno – Zdunek Wybrzeże Gdańsk
22.40 Premierowa jazda
23.00 News+ – magazyn

ŚRODA 16 CZERWCA

13 ULICA

9.50 Zabójcze umysły 10
11.40 Agenci NCIS: Nowy Orlean (7, 8)
13.30 Chicago P.D. 6 (12)
14.25 Dowody zbrodni 4 (24)
15.20 Dowody zbrodni 5 (1)
16.15 Zabójcze umysły 10
18.15 Agenci NCIS: Nowy Orlean (9, 10)
20.05 Chicago P.D. 6 (13)
21.00 Agenci NCIS: Los Angeles (13, 14)
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (16)
24.00 Chicago P.D. 6 (13)

KINO POLSKA

9.40 Skradziona kolekcja
11.30 Telesprzedaż
11.50 Żegnaj, Ameryko!
13.40 Grzeszny żywot Franciszka Buły
15.50 Kabaretowy rejs
17.50 Dom (6)
20.00 Pani z przedszkola – komedia, 2014
21.55 Polot – film obyczajowy, 2020
23.55 Wesele – komediodramat, 2004
2.20 Cała naprzód – komedia przygodowa, 1966

AXN

8.00 Agenci NCIS 14 (10, 11)
9.55 Agenci NCIS: Los Angeles 11 (11, 12)
11.45 Rekrut (12, 13)
13.40 Sezon na misia 4: Strach się bać
15.25 Godzilla – film SF
18.15 MacGyver 4 (4, 5)
20.00 DOC: w twoich rękach (1/16) ▶ str. 20
21.05 The Good Doctor 4 (11)
22.00 Człowiek demolka – film sens., USA 1993
0.10 Agenci NCIS 14 (11)
1.00 The Good Doctor 4 (11)

ROMANCE TV

10.30 Lena Lorenz: Zakazana miłość
12.25 Program: wirowanie
14.20 Rosamunde Pilcher: Zemsta Evity
16.15 Reiff – gotowa na wyspę – Katharina i wielki skarb
18.05 Tonio & Julia: Nowe życie – film obycz.
20.00 Górski lekarz (70)
21.55 Wszystko dla pań
22.50 Marie – próba ognia: Druga szansa
0.45 Górski lekarz (70)

POLSAT FILM

8.30 Przyjaciółki (103, 104)
10.30 Świat według Kiepskich (224, 225, 2, 3)
12.55 Wallace i Gromit: Klątwa królika ▶ str. 22
14.45 Wielkie zimno – czarna komedia, 2017
16.35 Ja, szpieg – kom. sens.
18.40 G.I. Joe: Odwet – film sensacyjny, USA 2013
21.00 Hitman: Agent 47 – thriller, 2015
23.00 Moja dziewczyna wychodzi za mąż
1.10 Gliniarze (95, 96)

TNT

6.00 Zuchy Hogana (25-28)
8.06 Doktor Quinn 6 (17, 18)
10.01 Domek na prerii 5 (13-15)
14.31 Doktor Quinn 6 (19, 20)
16.24 Strażnik Teksasu (8-10)
19.13 Dirty dancing – film muzyczny, USA 1987
21.15 Pulp Fiction – dramat sensacyjny, USA 1994
0.20 Łowca androidów – film SF, 1982
2.42 Nazywał się Bagger Vance – film obycz.
5.05 4 Blocks (5)

TVN FABUŁA

9.20 Diagnoza (11)
10.20 Magda M. (10, 11)
12.20 Zakochani po uszy 5
13.25 Singielka (44, 45)
14.30 Diagnoza (12)
15.30 Przepis na życie 2 (4)
16.30 Pokolenie mistrzów (3)
17.00 Szkoła filmowa – mag.
17.30 Motywy filmowe (3)
17.45 Dorwać Smarta – kom.
20.00 W starym, dobrym stylu – kom., USA 2017
22.10 Demony wojny wg Goi
0.15 Wyścig śmierci 3: Piekło – thriller SF, USA

FOX

12.50 Mentalista 4 (13, 14)
14.40 Lucyfer 2 (8)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5
16.30 Chicago Fire 9 (4, 5)
18.20 Chicago Med (8, 9)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9
21.05 Chicago Fire 9 (16)
22.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy 17 (17)
22.55 Magnum: Detektyw z Hawajów (1)
23.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9

ID

7.00 Zapomniane ofiary
8.00 Więzy krwi
10.00 Żyjąc z potworem
12.00 Zaginieni
14.00 Śmierć na drugą zmianę
16.00 Zabójcze siostry
18.00 Tajemnice jeziora Erie
21.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć
22.00 Śledztwo na wizji
23.00 Za wszelką cenę
1.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć

POLSAT SERIALE

6.00 Gliniarze (274-276)
9.00 Superludzie Extra (3)
9.15 Pierwsza miłość
13.00 Niania 3 (43-45)
14.30 Niania 4 (46)
15.00 Świat według Bundych
16.00 Świat według Kiepskich
18.00 Gliniarze (313)
19.00 Malanowski i partnerzy (774, 775)
20.00 Bez skrupułów (3)
21.00 La Bamba – dramat biograficzny, USA 1987
23.25 Zapłata – thriller SF
1.50 Na ratunek 112

TLC

9.00 Wiza na miłość (17)
11.00 Dr Pryszczylla
12.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy (4)
14.00 Wiza na miłość (18)
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Skórze na ratunek (1)
19.00 Mistrzowie remontu
20.00 Kilogramy zbędnej skóry
21.00 Dr Pryszczylla – kulisy
22.00 Moje koszmarne stopy
23.00 Operacje plastyczne do poprawki
24.00 Nie do uwierzenia!

KINO TV

8.45 Komisarz Rex (11)
9.45 Mój słodki skarb
11.35 Poirot (4)
13.35 Kopalnie króla Salomona – film przyg.
15.15 Rodzina do wynajęcia – komedia, 2015
17.15 Kod Karola Wielkiego – film przyg., Niem.
19.55 Poirot
21.00 Saga wikingów – film przygodowy, 2014
23.05 Nagi instynkt – thriller
1.55 Universal Soldier – Reaktywacja – film SF

PARAMOUNT CH.

7.30 Zabawna buzia – kom.
9.50 List miłosny – kom.
11.45 Trudne zwycięstwo – komedia, USA 1991
14.00 W rytmie hip-hopu
16.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (3, 7, 8, 9)
18.00 Dwóch i pół 6 (16-19)
20.00 Jak ugryźć dziesięć milionów – kom. krym.
22.15 Agent XXL 2 – komedia, USA 2006
0.20 Błękitne Hawaje – film
2.40 Ukryty wymiar – film SF, 1997

ALE KINO+

8.30 Van der Valk (1)
10.15 Stand Up Girl – kom.
12.10 Wolne pokoje
12.45 Kobiety za kamerą (3)
14.00 Rykoszety
14.45 Piąte: Nie odchodź!
16.05 Story
16.20 Tom Cruise. Wiecznie młody
17.25 Córka – etiuda film.
18.05 Psycholka – film obycz., Norwegia 2019
20.10 Potwór (5, 6) ▶ str. 20
21.55 Beau Séjour (3, 4)
24.00 Miłość bezwarunkowa

BBC FIRST

12.45 Doktor Who 6 (5)
13.35 Ojciec Brown 8 (4)
14.25 Lewis 2 (5)
15.25 Tajemnice Majorki (9)
16.15 Obiady piątkowe 4 (4)
16.45 Z pamiętnika położnej 2 (10)
17.45 Doktor Who 6 (6)
18.40 Ojciec Brown 8 (5)
19.30 Lewis 2 (6)
20.25 Śmierć pod palmami 2
21.25 Rozstania (5)
22.30 Trygonometria (4)
23.20 Dziewczyna z jednostki 3 (2)

CI POLSAT

15.10 Paragraf 148 – kara śmierci – mag. krym.
15.40 Polskie zabójczynie 2
16.05 Łowca zbrodni 6 (18)
17.05 Kobiety, które zabijają 14 (3)
18.05 Potwór w ludzkiej skórze 2 (2)
19.05 Mistrzowie zbrodni (4)
20.05 Krwawe rozstania 5
21.00 Kobiety, które zabijają 14 (1)
22.00 48 godzin 23 (10)
23.00 Przeżyć mimo wszystko (6)

TELE 5

7.00 Autostrada do nieba
8.00 Droga wolna 2 – mag.
8.25 Coś śmiesznego (20, 3)
9.00 Telesprzedaż
12.30 Mango – telezakupy
14.45 Telesprzedaż
16.00 Autostrada do nieba
17.05 Kabaretowy Szał
19.05 Kabaretowy Szał 3 (6)
20.05 Kabaretowy Szał (9)
21.00 Misja na Marsa (5, 6)
23.00 Królowie żyta (8)
23.35 Coś śmiesznego – rozr.
24.00 Kabaretowy Szał (2)
1.05 Misja na Marsa (5, 6)

CBS EUROPA

8.45 Przeznaczone do likwidacji – dramat
10.55 Dziewiąte wrota – thriller, 1999
13.25 Urzędowanie – komediodramat, USA 1997
15.15 Amerykańska marzycielka – kom. przyg.
17.15 Aniołki taty – film
19.05 Muza – komedia, 1999
21.00 Uczniowska balanga – komediodram., USA
23.00 Zatańcz ze mną – film obyczajowy, USA 1998
1.30 Dama w vanie

EPIC DRAMA

10.30 Detektyw Murdoch 4 (9-11)
13.30 Zagadki kryminalne panny Fisher (8, 9)
15.50 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 2 (3)
17.45 Sprawy Frankie Drake (8, 9)
19.35 Detektyw Murdoch 11 (16, 17)
21.30 Biała księżniczka (4)
22.45 Poldark – wichry losu 3 (7)
24.00 Detektyw Murdoch 11 (16, 17)

SCI FI

6.00 Przygody Merlina 4
8.00 Herkules 3 (6-9)
11.40 Grimm 2 (1, 2)
13.30 Gwiezdne wrota 7 (3, 4)
15.20 Przygody Merlina 4
16.15 Przygody Merlina 5 (1)
17.10 Grimm 2 (3, 4)
19.00 DC's Legends of Tomorrow 2 (16, 17)
21.00 Kod Merkury – film sensacyjny, USA 1998
23.20 Porwany 🔴 – thriller, USA 2020
1.20 Runaways 2 (4)

AMC

6.00 Diabelskie wiatry
7.55 Ardennes Fury – film
9.40 Merlin i księga bestii
11.30 Projekt „Momentum" – thriller, 2003
13.20 Kowboje przestrzeni – komedia SF, 1996
15.10 Niepamięć – film SF
17.35 Opętanie – horror
19.30 Van Helsing – horror SF, 2004
22.00 Ostatni rycerze – film przygodowy, 2015
0.15 Resident Evil: Apokalipsa – horror SF, 2004

AXN BLACK

6.10 Jazda próbna (3) – magazyn motoryzacyjny
6.45 MacGyver 3 (15, 16)
8.40 Ultraviolet 2 (5, 6)
10.40 Rewir (8, 9)
12.25 MacGyver 3 (15-18)
16.05 Ultraviolet 2 (7, 8)
18.10 Zakładnik z Wall Street – film krym., USA 2016
20.05 2012 – film katastroficzny, 2009
23.20 Forteca 2 – film SF, 1999
1.10 Future Man (11, 12)
2.30 Ultraviolet 2 (7, 8)

COMEDY CENTRAL

6.00 Dwóch i pół 6 (12-15)
7.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (4-7)
9.35 Mamuśka (5, 6)
10.30 Przyjaciele 4 (12-17)
13.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (10-15)
16.00 Przyjaciele 4 (18-23)
19.00 Teoria wielkiego podrywu 6 (14-21)
22.30 Dwóch i pół 6 (16, 17)
23.30 Comedy Club 6 (10) 🔴
24.00 Wlatcy móch 5 (9, 10)
1.00 Blok Ekipa 2 (8) 🔴
1.30 Blok Ekipa (9) 🔴

POLSAT CC EXTRA

9.05 Mike i Molly 6 (4-6)
10.30 Kabaret na żywo (8)
12.30 Świat według Kiepskich (19, 20)
13.30 Przyjaciele 4 (2-5)
15.30 Co ludzie powiedzą
17.30 Świat według Kiepskich (22-24)
19.00 I kto tu rządzi? (13, 1)
20.00 Niania (3, 4)
21.00 Co ludzie powiedzą 2
23.00 Latający cyrk Monty Pythona 2 (13)
23.40 Latający cyrk Monty Pythona 3 (1)

TVN STYLE

14.00 Pani gadżet
14.35 Rośliny dla zielonych
15.20 Patent na dom
16.20 W czym do ślubu?
16.50 Ugotowani
17.50 Kuchenne rewolucje
18.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
19.35 Kobieta na krańcu świata
20.10 Ambasady Luksusu
21.10 Co nas truje
21.55 Inspirujące kobiety
22.25 Tu jest pięknie
23.10 Kto tu mieszka?

POLSAT CAFÉ

13.00 Gwiazdy na dywaniku
13.30 Top Chef
15.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
16.00 Biedni kontra bogaci
17.00 Bogaty dom – biedny dom
18.00 Nasz nowy dom
19.00 Randka z nieznajomym
20.00 Zdrady
21.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady

HGTV

14.30 Dom w środku dżungli
15.30 Kupujemy dom na plaży
16.00 Dorota inspiruje 2
17.00 Weekendowa metamorfoza
18.00 Zgłoś remont 6
19.00 Nowe życie na Hawajach 9
20.00 Totalne remonty Szelągowskiej 2
21.00 Remonty Christiny 2
22.00 Wielkie remonty 3
23.00 Zarobić na remoncie z Tarekiem

CANAL+ DOMO HD

14.30 Express domowy
14.40 Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 4
15.35 Remont po kosztach
16.30 Remont w 48h 11
17.00 Gardeners' World 13
18.00 Ucieczka na wieś 18
19.40 Daleko od miasta 7
20.10 Cudotwórcy 5 – mag.
21.00 Wyzwanie – nowe mieszkanie 13 – mag.
21.30 Remont w 48h 11
22.00 Grunt to ogród – mag.
22.30 Kupione i co dalej? 2
23.00 Gdzie rosną pieniądze

FOOD NETWORK

12.30 Sztuka mięsa – mag.
14.00 Człowiek kontra jedzenie – mag. kulinarny
14.30 Ugotowani
15.30 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję
17.00 10 zadań specjalnych Michela Morana
19.10 MasterChef Junior
20.45 Zasadzka na restaurację
21.45 Kulinarna misja w Malezji – mag. kulinarny
22.45 Czas na grillowanie!
23.15 Najlepsze taco w mieście – mag. kulinarny

CANAL+ KUCHNIA

15.00 Kulinarne safari – ziemia
15.30 Jakubiak lokalnie 4
16.00 Żołądek czy rozsądek? 7
17.00 30 minut Jamiego
18.00 Francuskie wędrówki Julie 6
19.05 Nie bój ryby!
19.35 U sąsiadów w kuchni 8
20.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9
21.45 Jamie & Jimmy's Food Fight Club 4
23.30 Jakubiak rozgryza Polskę

...20 BIS

...zaki nad) – publ.
...wiedźwiedź
...o świecie
...y o świecie
...o świecie
...zownia
...ym na świecie
...o świecie
...ty
...y po faktach
...zaki nad) – publ.
...y o świecie
...o świecie
...y o świecie
...amowa
...ed – pr. publicyst.
...ka i świat – mag.

POLSAT NEWS 2

...śpimy dla dzieci
...ść „Wydarzeń"
...tematem i z pasją
...erwencja
...ka jest Polska
...ydarzenia
...elecej Wydarzeń
...tematem i z pasją
...ybata dnia – publ.
...erwencja
...ka jest Polska
...erwencja
...ństwo w państwie
...ydarzenia
...ość „Wydarzeń"

TVP HD

...o sygnale
...jciec Mateusz 9
...mnie się nie
...artw 6
...ncz0 8
...alkowicz w podróży
...jciec Mateusz 2
...jciec Mateusz 3
...ancz0 8
...odzinka.pl
...jciec Mateusz 21
...wiklana – thriller, USA 2020
...ść nie umierać – komediodram., Pol. '15

WP

...Pokochaj lub sprzedaj 7
...Pokochaj lub sprzedaj 6
...Pokochaj lub sprzedaj Vancouver
...WP News 16:50 – inf.
...Pokochaj lub sprzedaj – wakacyjne domy
...Mam Talent Ameryka: Mistrzowie – pr. rozr.
...Historia świata w dwie godziny
...Mistrzowie Kabaretu 6
...Mistrzowie Kabaretu 7

ZOOM TV

...Dochodowy remont 7
...Rodzina królewska: romanse i zdrady
...Nowe oblicze rodziny królewskiej
...Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
...Co ludzie powiedzą?
...U Pana Boga w ogródku
...Z archiwum X
...Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
...Magia nagości
Dania

TVP KULTURA

16.45 Zmruż oczy – komediodramat, Polska 2003
18.30 Stawiam na Tolka Banana
19.45 Muzeum Polskiej Piosenki
20.00 Genialna przyjaciółka 2
21.20 Sny wędrownych ptaków – dramat sensac., Kolumbia/Dania/Meksyk/Niem./Szwajcaria/Francja '18
23.35 Autoportret
0.10 Powidoki

TVP HISTORIA

17.40 Maestro
18.40 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych
18.55 Czterej pancerni i pies
19.50 „Czterej pancerni i pies", odc. 8
20.10 Wojna w eterze
20.25 Amerykańskie dynastie. Ród Bushów
21.20 Gułag – Rozwój
22.30 Król szczurów – dram. wojenny, USA 1965
0.50 Dickensian – Dickensiada
1.40 PKF

DISCOVERY CH.

12.00 Wyprawa po skarb Inków
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita
14.00 Bimbrownicy
15.00 Złomowisko PL
16.00 Morze złota
17.00 Celnicy na straży Europy 3
18.00 Lotnisko
19.00 Zawodowcy: drwale
20.00 Złomowisko PL
22.00 Estonia
23.00 Przypadki z archiwum 10 2

NATIONAL GEOGR.

15.00 Porzucone konstrukcje
16.00 Supersamochody
17.00 Zimna wojna: Naukowy wyścig
18.00 Maszyny wagi ciężkiej
19.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
20.00 Katastrofa w przestworzach
21.00 (nie)Zwykłe wynalazki
22.00 Mistrzowska architektura
23.00 Stawka warta tuńczyka

TVP ABC

14.20 Stacyjkowo
14.45 Strażak Sam
15.10 Halo halo!
15.20 Zwierzaki Czytaki
15.45 Yakari
15.55 Przyjaciele z podwórka
16.25 Clifford – wielki czerwony pies
16.55 Kucharz Shane
17.10 Wissper
17.30 Robot Trains
18.00 Mia i ja
18.30 Zagubiona w Oz
19.00 Wieczorynka
20.10 Piosenki Maszy

PLANETE+

16.00 Obrzędy i rytuały świata
17.00 360° Świat bez granic 6
18.00 Świat z góry 7
18.30 Polska z góry 5
19.00 Borneo – wyspa małych siłaczy
20.00 Tajemniczy świat grzybów
21.00 Witaj w piekle
22.00 Witaj w piekle 2
23.00 Kinbaku – japońska sztuka wiązania
0.10 Brudna forsa

DISCOVERY HISTORIA

13.00 Wayne – motocyklowy mistrz świata
15.00 Polscy szpiedzy
16.00 Muzealne tajemnice
17.00 Łowcy staroci
19.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
19.30 Wrzesień '39
20.00 Wielkie bitwy II wojny światowej oczami świadków
22.00 Koleją przez świat 5
23.00 Mroczne stowarzyszenia: Kult nazizmu
24.00 Muzealne tajemnice

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
8.00 Ground Zero – odbudowa
11.00 Jak to jest zrobione?
14.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
19.00 Jak to jest zrobione?
23.00 Nierozwiązane śledztwa
24.00 Przypadki z archiwum 10

NATIONAL GEO. WILD

10.00 Zwierzaki w amoku
11.00 Dzikie oblicza Ameryki
12.00 Dzikie miejsca Europy
13.00 Wrogi świat
14.00 Polowanie na myśliwego
15.00 Uwaga! Niezły pies
16.00 Niezwykły dr Pol
19.00 Cesar Millan na ratunek
20.00 Zwierzęta doskonałe – krótki przewodnik
21.00 Zabójcze spotkania
22.00 Niezwykły dr Pol
23.00 Reguły przetrwania

NICKELODEON

12.40 Alvinnn!!! i wiewiórki
13.25 Wróżkowie chrzestni 9
13.50 Harmidom 2
14.40 SpongeBob Kanciastoporty 8
16.00 Po prostu Kucek
16.25 Zagadki rodziny Hunterów 4
17.20 Game Shakers. Jak wydać grę 2
18.20 Niebezpieczny Henryk 5
19.15 Grzmotomocni
19.40 Dodaj magii 2
20.05 Zmiksowana Kally

POLSAT DOKU

13.00 Poszukiwacze historii
13.55 Niezwykłe pociągi
14.55 Najdziwniejsze restauracje świata
15.20 Bułat – jednostka specjalna moskiewskiej policji
16.25 Kolaboranci Hitlera
18.45 Niewyjaśnione zagadki
19.45 Łowcy nazistów
22.00 Druga wojna w kolorze
1.30 Drwale i inne opowieści Bieszczadu

POLSAT V. HISTORY

13.20 Tajna wojna
14.30 Na polu bitwy
16.35 II wojna światowa: cena imperium
17.40 Muzeum pełne tajemnic 11
18.40 Tajemnice sześciu żon
19.55 Na ratunek Pompejom
21.00 Historia odkryta na nowo 2
22.05 Wojenne fabryki 2
23.05 Normandia '44: inwazja
0.10 Muzeum pełne tajemnic 12

POLSAT V. EXPLORE

12.35 Taaaki karp!
13.35 Turkusowa gorączka
14.30 Australijscy poszukiwacze złota 4
15.25 Australijscy łowcy bydła
16.00 Demolka na antypodach 2
17.00 Rzeczne potwory 4
18.10 Australijscy poszukiwacze złota 3
20.00 Największe budowle 2
22.00 Koleją przez śniegi
23.00 Klasyczne – elektryczne

BBC EARTH

12.55 Góry: życie nad chmurami
13.55 W okowach mrozu 6
15.55 Życie na pustkowiu 2
16.55 Zabójcze kataklizmy
17.55 Brytyjskie fabryki jedzenia
18.55 Jak budowano imperia
19.55 Mumie: historie rozwinięte
20.55 Życie na pustkowiu 4
21.55 W okowach mrozu
23.00 Brytyjskie fabryki jedzenia

CARTOON NETWORK

11.10 Młodzi Tytani: Akcja!
12.00 Clarence
13.55 Niesamowity świat Gumballa 3
14.54 Młodzi Tytani: Akcja! 2
15.45 Kicia Rożek 2
16.40 Niesamowity świat Gumballa
17.31 Craig znad Potoku 2
18.00 Młodzi Tytani: Akcja! 6
18.55 Niesamowity świat Gumballa
19.52 Power Players
20.20 Bakugan: Przymierze wojowników

TRAVEL CHANNEL

16.45 Subiektywny ranking naj... – magazyn
17.50 Biznes na kółkach
18.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
19.25 Dziwaczne potrawy
20.30 Smakuj świat z Pascalem – reality show
21.05 Kossakowski. Szósty zmysł. Rosja
21.40 Miasta świata w jeden weekend
22.15 Przetrwać na wyspie z Bearem Gryllsem
23.15 Na krańcu Alaski 4

HISTORY

11.15 Wykute w ogniu 5
12.10 Bitwy magazynowe 3
13.05 Wojny magazynowe 7
14.00 Bitwy magazynowe 5
14.55 Gwiazdy lombardu 9
15.20 Wykute w ogniu 5
17.10 Ludzie gór 5
19.05 Bitwy magazynowe 5
20.00 Węże z bagien: inwazja 2
21.00 Starożytni kosmici 12
22.00 Skarby z odzysku 2
23.00 Tajne wojny współczesności
23.55 Wojny magazynowe 8

DTX

12.00 Królowie asfaltu 7
13.00 Ciężarówką po antypodach
14.00 Fani czterech kółek
17.00 Ale jazda
17.30 K2 – kierowców dwóch
18.00 Samochód na życzenie
19.00 Goblin Works Garage
20.00 Niechciani w Gas Monkey
21.00 Ile warta jest ta bryka
22.00 Uliczne wyścigi: Nowy Orlean
23.00 Jeźdźcy piekieł
24.00 Militaria na warsztat

CBS REALITY

14.00 Hardcorowy Lombard
16.00 Strzegąc granic 9
17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
18.00 Na straży australijskich granic 6
20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 4
20.30 Rutynowa kontrola trzeźwości 5
21.00 Tropami zbrodni 2
22.00 48 godzin 32
23.00 Mordercy w koloratkach
24.00 Morderstwo w Austrii

MINIMINI+

14.00 Barbie: Dreamhouse Adventures
14.50 Enchantimals: Magiczne opowieści
15.00 Ciekawski George
16.40 Luluś i Kropka budują
17.00 Dzieciaki straszaki
17.35 Bing
17.55 Frytka i Kartofelcia
18.20 Tomek i Przyjaciele
18.55 Bob Budowniczy
19.25 Dzieciaki straszaki
19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures
20.30 Trojaczki

METRO

15.35 Detektyw Monk 4
16.35 Łowcy staroci 12
17.35 Walka o bagaż
18.05 Wojny magazynowe – Teksas 2
18.35 Wojny magazynowe – Teksas 3
19.00 Górnicy PL
20.00 Gorączka złota 7
21.05 Na granicy światów
22.05 Niezwykłe Stany Prokopa – pr. rozr.
23.05 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – pr. rozr.

TVP POLONIA

16.10 Nela Mała Reporterka
16.30 Rodzinka.pl
17.00 Teleexpress
17.20 Polskie ślady w Argentynie
17.50 Gra słów. Krzyżówka
18.20 Barwy szczęścia
18.50 Kierunek Zachód
19.10 Magazyn z Wysp
19.30 Wiadomości
20.20 Ranczo 4
22.05 Polonia 24 – mag. inf.
22.35 Byliśmy pierwsi. Poznań '56
23.30 Rodzinka.pl

NOWA TV

7.35 Pod lupą – magazyn
8.00 Byli sobie podróżnicy
8.40 Daleko od noszy 2
10.10 Malanowski i partnerzy
12.20 Sekrety rodziny
15.15 Górale
18.15 Gliniarze
20.15 Zdrady
21.00 Wpół do śmierci – film sensacyjny, Niemcy/USA 2002
23.00 To nie jest kolejna komedia dla kretynów – komedia, USA 2001

ESKA TV

8.00 Eska TV info – pr. inf.
8.05 Hity na czasie – muz.
12.00 Szybkie strzały – rozr.
13.00 Jazdy Gwiazdy – rozr.
14.00 Przesłuchanie – rozr.
15.00 Podwójna Gorąca 20
18.00 HITY Baby One More Time – pr. muzyczny
19.00 The best of ESKA
19.55 Eska TV info – pr. inf.
20.00 Przesłuchanie – rozr.
21.00 Hardcorowa miłość
22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
23.00 Warsaw Shore

TV TRWAM

17.00 Po stronie prawdy
17.30 Rykoszetem
18.15 Rozmowy niedokończone
19.30 Brat Franciszek
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Mojżesz – 10 przykazań
22.55 Filmowe życiorysy
23.50 Młodzi światu

TVP 1

7.00 Transmisja mszy św.
7.30 To nie koniec świata
8.00 Wiadomości; Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.35 Ranczo (3) – obycz.
9.35 Komisarz Alex 13 (157) – krym., Pol.
10.35 Ojciec Mateusz 18 (236) – krym., Pol.
11.25 Uzdrowisko (4)
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes – mag.
12.35 Magazyn rolniczy
12.50 Zainwestuj w marzenia 3 (43)
12.55 Dziewicze lasy Karelii
14.00 Wiadomości; Alarm!
14.30 Gra na Maksa (7)
14.40 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy C: Ukraina – Macedonia Północna
17.00 Teleexpress
17.15 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3830) – telen.
18.20 Kasta (161) – serial
18.55 Jeden z dziesięciu
19.25 Sport; Wiadomości
20.05 Pogoda; Alarm!
20.25 Gra na Maksa (7) – obycz. ▶ str. 5

TVP 2

6.20 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (119): Peru. Peru od tyłu – cykl rep.
6.50 Familiada – telet.
7.20 Policzmy się dla Polski – cykl fel.
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – mag.
7.55 Pytanie na śniadanie
10.40 Panorama
10.50 Pytanie na śniadanie
11.15 Policzmy się dla Polski – cykl fel.
11.30 Dziewczyny ze Lwowa (9) – obycz.
12.30 Koło fortuny (784)
13.15 Pensjonat nad rozlewiskiem (4)
14.05 Va banque (116)
14.35 Na sygnale (311)
15.10 Górscy ratownicy (87) – obycz., Niem.
16.00 Koło fortuny (785)
16.35 Familiada – telet.
17.00 Rodzinka.pl (244)
17.25 Gra na Maksa (7)
17.35 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy B: Dania – Belgia
20.20 Gra na Maksa (7)

POLSAT

4.40 Disco Gramy – musz.
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień – pr. inf.
8.40 Malanowski i partnerzy (248, 249)
9.40 Sekrety rodziny (153) – paradok., Pol.
10.40 Dlaczego ja? (480)
11.40 Gliniarze (533)
12.50 Wydarzenia
13.25 Interwencja – mag. reporterów
13.40 Trudne sprawy (827) – paradok., Pol. 2018
14.40 Dlaczego ja? (993) – paradok., Pol. 2020
15.50 Wydarzenia; Pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.35 Gliniarze (478) – paradok., Pol. 2020
17.40 Sekrety rodziny (184) – serial paradok., Pol. 2021
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń" – pr. publicystyczny
19.45 Sport, Pogoda
20.00 Wolni od długów (4) – reality show, Polska 2021

TVN

5.40 Uwaga! – mag. rep.
6.00 Ukryta prawda (1195) – serial paradok., Pol. 2020
7.00 Kuchenne rewolucje (12): Gubin, Gospoda – pr. rozr., Pol. 2015
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.35 Doradca smaku (14) – mag. kulin., Pol.
11.45 Ukryta prawda (935, 1196, 775) – paradok., Pol. 2018
14.55 Szpital (430) – serial paradok., Polska
16.00 LAB (18) – serial krym., Polska 2021
17.00 Kuchenne rewolucje (4): Rzeszów, U Bares – pr. rozr., Pol. 2015
18.00 Ukryta prawda (936) – paradok., Pol. 2018
19.00 Fakty
19.25 Uwaga! Koronawirus (371)
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – mag. rep.
20.10 Doradca smaku (29) – mag. kulin., Pol.

TVN 7

5.40 Szpital (736) – serial
6.40 Idealna niania 2 (11-ost.) – reality show, Polska 2013
7.25 Zakochani po uszy 5 (355) – telen., Pol.
8.00 Ukryta prawda (1106-1108) – serial
11.00 Szpital (737) – serial paradok., Pol. 2017
12.00 Szkoła (622) – serial paradok., Pol. 2018
13.00 19+ (584, 585) – paradok., Pol. 2021
14.00 Sąd rodzinny (171) – serial fab.-dok., Polska 2009-2011
15.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (609) – fab.-dok., Pol. 2011
16.00 Ukryta prawda (905) – paradok., Pol. 2018
17.00 Idealna niania 3 (2, 3/13) – reality show, Polska 2013
18.30 Brzydula (46, 47/55) – serial komediowy, Pol. 2008 ▶ str. 21
19.30 Zakochani po uszy 5 (356) – telenowela, Pol. 2021 ▶ str. 21

TV 4

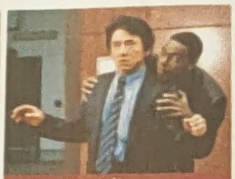
6.00 Gliniarz i prokurator (77) – krym., USA
7.00 Strażnik Teksasu (118) – reality show
8.00 Nasz nowy dom (118) – reality show
9.00 Pierwsza miłość (3181) – obycz., Pol.
9.50 Święty (13) – komed.
10.20 Fabryka jedzenia (25, 26) – serial dok., Kanada 2015
11.20 Detektywi w akcji (76) – fab.-dok., Pol.
12.20 Kobra – oddział specjalny (2) – serial sens., Niemcy 2008
13.25 STOP Drogówka
15.30 Hardkorowy lombard (2, 9, 10) – serial dok., USA
17.00 Septagon (79) – krym., Polska 2019
18.00 Kochane pieniądze (24) – paradok., Pol.
19.00 Policjantki i Policjanci (734) – obycz., Pol. 2020
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (453) – serial kryminalny, Polska 2020

20.35 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Niemcy – Polska

20.30 Piłka nożna: Euro 2020 – mecz grupy C: Holandia – Austria

21.05 Diabeł ubiera się u Prady *** – komediodramat, USA 2006, reż. David Frankel, wyk.: Meryl Streep, Anne Hathaway, Emily Blunt, Stanley Tucci, Simon Baker, Adrian Grenier, Tracie Thoms, Rich Sommer, Daniel Sunjata (140 min)

20.15 Na Wspólnej (3241) – serial obyczajowy, Polska 2021 ▶ str. 5 i 21



20.00 Komediowy czwartek: Godziny szczytu 2 ** – kom. sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk.: Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang (125 min)

21.00 Zwiastun zagłady ** – film SF, Kanada 2011, reż. Jason Bourque, wyk.: Jewel Staite, A.J. Buckley, Matthew Kevin Anderson, Alan Dale, Gordon Tootoosis, Rick Ravanello, Bruce Ramsay, Paula Lindberg (120 min)

23.05 Magazyn śledczy Anity Gargas (199) – Polska 2016-2021
23.40 Magazyn kryminalny 997
0.30 Londyńczycy 2 (13/16) – serial obycz., Polska 2009
1.25 Defekt (2/9) – serial sens., Polska 2003
2.35 Przetrwać święta ** – komedia romant., USA 2004, reż. Mike Mitchell, wyk.: Ben Affleck, James Gandolfini, Christina Applegate, Bill Macy (95 min)
4.10 Magazyn kryminalny 997

23.15 Pozdrowienia z Moskwy *** – film sensacyjny, Wielka Brytania 1963, reż. Terence Young, wyk.: Sean Connery, Daniela Bianchi, Pedro Armendáriz, Lotte Lenya, Robert Shaw, Bernard Lee, Walter Gotell, Francis De Wolff (120 min)
1.15 Bez tożsamości 2 (28) – serial krym., Hiszpania 2016
2.10 Maximum Ride ** – film SF, USA 2016, reż. Jay Martin, wyk.: Patrick Johnson (95 min)

23.25 W rytmie hip-hopu ** – film obyczajowy, USA 2001, reż. Thomas Carter, wyk.: Julia Stiles, Sean Patrick Thomas, Kerry Washington, Fredro Starr (155 min)
2.00 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

20.55 Milionerzy (381) – telet., Polska 2020
21.30 Kuchenne rewolucje (4) – pr. rozr., Pol. 2020
22.30 Nad życie – dramat ** biograficzny, Polska 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk.: Olga Bołądź, Michał Żebrowski, Danuta Stenka, Andrzej Mastalerz, Przemysław Cypryański (120 min)
0.30 Równi sobie (3) – reality show, Polska 2021
1.35 Uwaga! – mag. rep.
1.55 NOC Magii

22.05 Polowanie na druhny ** – kom. romantyczna, USA 2005, reż. David Dobkin, wyk.: Owen Wilson (155 min) ▶ str. 8
0.40 Ocean's Twelve: Dogrywka ** – kom. sensacyjna, USA/Australia 2004, reż. Steven Soderbergh, wyk.: George Clooney (155 min)
3.15 NOC Magii

23.00 Wzór (41) – serial krym., USA 2006
0.05 Śmierć na 1000 sposobów (3, 4, 1) – dok., USA 2010
1.35 Ucho Prezesa 2 (8, 9) – serial kom., Polska 2017
2.10 Połączeni (11) – pr. rozr., Pol. 2020
2.25 Disco Polo Life – pr. muz., Pol. 2021

TVP SERIALE

10.30 Na dobre i na złe (9)
11.30 Ranczo 7 (87)
12.20 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze (5)
12.40 Rodzinka.pl (205, 206)
13.40 Ojciec Mateusz 14 (182, 183)
15.35 Komisarz Alex 14 (173)
16.20 Komisariat (9)
16.55 Na sygnale (67)
17.30 Ranczo 7 (88, 89)
19.30 Ojciec Mateusz 14 (184)
20.25 Ojciec Mateusz 20 (253)
21.25 Ranczo 7 (90, 91)
23.20 Ojciec Mateusz 14 (185)

TVP ROZRYWKA

11.50 Familiada – teleturniej
12.30 Postaw na milion
13.25 Kabaretowa mapa Polski – rozr., Pol. 2011
16.25 Życie to kabaret
18.25 Okrasa łamie przepisy
18.55 Makłowicz w podróży
19.30 Gra słów. Krzyżówka
19.55 Va banque – telet.
20.35 Postaw na milion
21.30 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
22.30 Kabaret za kulisami
23.35 Kabaretomaniacy
0.35 Koło fortuny – telet.

STOPKLATKA

12.25 Chicago Fire (1)
13.15 Katastrofy w przestworzach (111, 112)
15.25 Wulkan: Los Angeles – film katastroficzny, USA 2018
17.05 Chicago Fire (2)
17.55 Wojny magazynowe: Kanada 2 (16-19)
20.00 W słusznej sprawie – thriller, USA 1995
22.05 Psy – dramat sensacyjny, Polska 1992
0.15 Gatunek – horror SF, USA 1995

SUPER POLSAT

11.00 Nasz nowy dom (193)
12.00 Niania (83)
12.30 Chirurdzy (304, 305)
14.30 Top Chef
16.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 2 (10)
18.00 Nasz nowy dom (194)
19.00 Świat według Kiepskich (521, 522)
20.00 Kongo – film przygodowy, USA 1995
22.20 Świat według Kiepskich (183)
23.00 Bad Boys 2 – komedia sensacyjna, USA 2003

TTV HD

14.55 Made in Maroko (8)
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Królowe życia 5 (8)
16.55 Wyburzacze (4) – rozr.
17.45 Express – pr. inform.
18.05 DeFacto 10 (3)
18.35 Gogglebox. Przed telewizorem 12 (1) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Damy i wieśniaczki. PL (10) – serial fab.-dok.
21.05 Patent na... – mag.
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Zamiana żon (2) – rozr.
23.00 Orzeł czy reszka? 2 (1)

TVS

15.30 Serial komediowy
16.00 Silesia flesz; Pogoda
16.15 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
17.15 Dobre, bo polskie
17.45 Silesia flesz
17.55 Spotkanie z balladą
18.55 Kabaretowy Klub Dwójki – rozr., Pol.
20.00 Silesia flesz; Pogoda
20.20 Napisała: Morderstwo
21.25 Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar
22.25 Na dwóch kołach
23.00 Silesia flesz; Pogoda

PULS

...towany anioł
...telen., Argen-
...1998-1999
...bard. Życie
...zstaw 4 (177)
...serial obyczajowy,
...olska 2019
...bard. Życie
...zstaw 8 (369)
...serial obyczajowy,
...olska 2021
...dzinny interes 3
...13) – serial obycz.,
...olska 2020
...owany anioł
...od. 95) – telen., Ar-
...entyna 1998-1999
...alinczka
...chów 3 (57, 58)
...antasy, USA 2008
...bard. Życie pod
...zstaw 4 (178, 179)
...serial obyczajowy,
...olska 2019
...dzinny interes 3
...115, 116) – serial
...obycz., Polska 2020
...bard. Życie pod
...zstaw 8 (371, 372)
...serial obyczajowy,
...olska 2021

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.15 Redakcja: Dział Śledczy (12)
7.15 Wehikuł czasu
7.20 Pod lupą (6, 7)
8.25 Poszukiwacze historii (8) – serial dok., Polska 2019
8.45 Drwale (6, 7) – reality show, USA 2014-2015
10.45 Łowcy opali (12) – serial dokumentalny, Australia 2019
11.45 Starożytni kosmici (3) – serial dokumentalny, USA 2015
12.40 Handlarze historią (9) – pr. rozr., Wielka Brytania 2018
13.35 Wojny magazynowe (13-16) – reality show, USA 2012
15.35 Kryptonim szef (7, 8) – serial dokumentalny, USA 2016
17.20 Łowcy opali (12) – serial dokumentalny, Australia 2019
18.05 Starożytni kosmici (16, 1) – serial dokumentalny, USA 2016

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muz.
6.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
7.00 To hit! – pr. muz.
7.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
8.00 To hit! – pr. muz.
8.15 Najlepsze z najlepszych! – pr. muz.
9.00 To hit! – pr. muz.
9.15 Kuchnia polowa
10.00 Tego słuchacie
11.00 Tylko dance – muz.
12.00 To hit! – pr. muz.
12.15 Tylko dance – muz.
13.00 To hit! – program muzyczny, Polska
13.15 Tego słuchacie – program muzyczny
14.30 I love disco – pr. muzyczny, Polska
15.15 10 lat Polo TV: Maciek i Edyta – pr. muzyczny, Polska
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Tylko dance – program muzyczny
17.00 Disco Weekend z Blondi – pr. muzyczny, Polska 2020

TVN 24

5.55 Powitanie poranka
6.00 Serwis informacyjny
7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.
7.45 Serwis informacyjny
15.00 15 na żywo
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
20.00 Kropka nad i
20.30 Czarno na białym – magazyn
21.00 Polska i świat
22.00 Szkło kontaktowe – pr. rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu
23.40 Bilans dnia
24.00 Fakty po Faktach – pr. informacyjny
0.40 Kropka nad i
1.15 Tak jest – pr. publ.
2.15 Maja w ogrodzie
2.35 Akademia ogrodnika
2.40 Kropka nad i
3.10 Szkło kontaktowe
4.15 Polska i świat
5.00 Maja w ogrodzie
5.25 Akademia ogrodnika
5.30 Fakty po Faktach

TVP INFO

7.51 Agrobiznes
7.56 Agropogoda
8.00 Jedziemy dalej
8.15 Serwis Info
8.18 Minęła ósma
9.00 Serwis Info
9.11 Minęła dziewiąta
10.00 Serwis Info
12.00 Info Raport
13.29 Serwis Info
15.29 Info dzień
16.30 Koronawirus. Szczepionka
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.30 O co chodzi
18.00 Panorama
18.19 Serwis Info
18.37 O tym się mówi
19.30 Wiadomości
19.58 Gość „Wiadomości"
20.13 Minęła dwudziesta
21.00 Nie da się ukryć
21.25 Serwis Info
21.50 W tyle wizji
22.25 Serwis Info
22.30 W tyle wizji extra
23.00 INFO wieczór
23.30 W akcji
23.55 Serwis Info
0.03 Wiadomości

POLSAT NEWS

5.00 Stłoczna drogówka
5.20 SuperLudzie
5.45 Interwencja
6.00 Nowy dzień – inf.
7.40 Graffiti – pr. publ.
8.00 Nowy dzień – inf.
9.00 W rytmie dnia
12.50 Wydarzenia
13.30 W rytmie dnia
15.50 Wydarzenia
16.10 Więcej Wydarzeń
16.30 Godziny szczytu
18.00 Punkt widzenia
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń"
19.50 Debata dnia
21.00 Raport – pr. inf.
21.50 Wydarzenia
22.30 Dzień na świecie
23.00 Obraz dnia
23.45 Biznesowy obraz dnia – pr. inf.
0.05 Gość „Wydarzeń"
0.25 Wydarzenia
1.00 SuperLudzie
1.20 Interwencja
1.35 Łowca pedofilów
2.00 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
2.20 Z klimatem i z pasją

Poznaj moich Spartan – komedia, USA 2008, reż. Jason Friedberg, Aaron Seltzer, wyk.: Sean Maguire, Carmen Electra, Ken Davitian (100 min)

20.00 Rolnicy. Podlasie (16, 17) – serial dok., Polska 2020

18.30 Lista przebojów Polo TV – program muzyczny

TVP SPORT

10.00 Studio EURO – mag.
12.00 Mecz dnia – magazyn
13.00 Łączy nas EURO
14.00 Piłka nożna – Euro 2020 – grupa C: Ukraina – Macedonia Płn.
17.25 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy B: Dania – Belgia
20.30 Piłka nożna – Euro 2020 – mecz grupy C: Holandia – Austria
23.25 EUROwieczór – mag.
24.00 Sporty walki – Professional Fighters League

EUROSPORT 1

13.00 Kolarstwo kobiet – Mistrzostwa Francji
14.45 Kolarstwo – Mistrzostwa Francji
17.45 Head to Head – mag.
18.15 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
20.00 Kolarstwo – Adriatica Ionica Race – 3. etap
21.30 Kolarstwo – Mistrzostwa Francji
22.00 Tenis – Turniej French Open w Paryżu
24.00 Kolarstwo – Mistrzostwa Francji

EUROSPORT 2

18.00 Kolarstwo kobiet – Mistrzostwa Francji
19.00 Kolarstwo – Mistrzostwa Francji
19.50 Essential Olympic Stories – mag. sportowy
20.00 Road to Tokyo – magazyn
21.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Ateny 2004 – magazyn, 2017
22.00 Kolarstwo kobiet – Mistrzostwa Francji
23.00 Kolarstwo – Mistrzostwa Francji

22.00 Wojny magazynowe (22, 23, 25, 24, 26) – reality show, USA
0.20 Podwodna wojna (6) – serial dok., Kanada 2016-2018
1.20 Misja skarb (1) – mag. popularnonaukowy, Pol. 2019
2.20 Poszukiwacze historii (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 2019
3.05 OSP. Na ratunek! (7) – serial dokumentalny, Polska 2019
4.00 Kołowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski, Polska 2018
5.00 Tajna historia XX wieku (3, 4)

19.00 Videomix – program muzyczny, Polska 2012
20.00 Wesela z piekła rodem 2 (3) – serial paradokumentalny, Polska 2021
21.30 Miłość w rytmie disco – serial obyczajowy, Polska 2014
22.45 Disco Polo Live – program muzyczny, Polska
23.45 Imprezuj z nami – program muzyczny, Polska
1.00 Disco noc w Polo TV! – program muzyczny, Polska

POLSAT SPORT

11.45 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Bułgaria – Rosja
14.45 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Australia – Brazylia
17.45 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Holandia – USA
20.45 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Niemcy – Polska
22.45 Cafe Euro – magazyn, Polska
1.00 Boks

POLSAT SPORT EXTRA

6.00 Koszykówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Tunezja
8.30 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów
13.00 Tenis – Turniej ATP w Londynie – mecz 2. rundy gry pojedynczej
21.00 Piłka nożna z archiwum
23.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Iran – Słowenia

POLSAT SPORT FIGHT

7.00 Boks
9.45 Sporty walki – Gala Babilon MMA 15
11.55 Boks – Gala w Carson
14.40 Sporty walki – KSW 39
19.25 Boks – waga półśrednia: Łukasz Stanioch – Rafał Jackiewicz 26.02.2021
22.35 Sporty walki – walka: Adam Kowalski – Marcin Łazarz 22.08.2020
2.10 Boks – mecz: Polska – Słowenia 05.05.2019
4.40 Boks

POLSAT PLAY

...00 Hardkorowy lombard
...00 Niezwykłe pociągi
...30 Więzienny świat (7, 8)
...00 Hardkorowy lombard
...30 Hardkorowy lombard 3 (11)
...00 Chłopaki do wzięcia
...00 Poszukiwacze historii
...00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (55-58)
...00 Górale (102)
...30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (51)
...00 Polski lombard Walusia (17)

TVN TURBO

15.45 Zawodowi handlarze
16.30 Uwaga! Pirat! (9)
17.15 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo
18.15 101 gadżetów motoryzacyjnych (10)
18.45 Zakup kontrolowany
19.45 Pomoc drogowa 24h
20.30 Służby ratownicze (4)
21.15 Klimek kontra Duda (2)
22.00 Raport Turbo
22.15 Ciężarówką przez Afrykę (7)
23.15 101 napraw (2)
23.45 Garaż leni

SUPERSTACJA

19.43 Eko-Kret
19.52 Sport w Superstacji
20.00 SuperNews
20.12 Ze świata
20.34 Magazyn reporterów. Interwencje
21.00 SuperNews
21.10 SuperTemat Sensacje i Skandale
21.31 SuperHistorie
21.43 Eko-Kret
21.52 Sport w Superstacji
22.00 SuperNews
22.29 Tok Szoł – talk-show
23.00 Interwencja

POLSAT SPORT NEWS

12.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Japonia – Kanada
14.30 Wyścigi konne – Royal Ascot
15.50 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Iran – Słowenia
19.20 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów: Francja – Włochy
22.00 Trans World Sport – magazyn sportowy
23.00 Siatkówka mężczyzn – Liga Narodów

CANAL+ SPORT

13.30 Piłka nożna – Liga hiszpańska
14.25 O co biega? – mag.
15.00 Tenis – Turniej WTA w Berlinie
19.00 Ekstraklasyka (14)
19.35 Premierowa jazda
20.00 NBA Action – magazyn
20.30 Premierowa jazda
20.50 Premier League 100
21.20 O co biega? – mag.
21.55 Koszykówka mężczyzn – Liga hiszpańska – mecz fazy play-off
24.00 News+ – magazyn

NSPORT+

17.20 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. żużlowy
18.55 Piłka ręczna mężczyzn – Liga niemiecka: THW Kiel – Frisch Auf Göppingen
20.55 Magazyn eWinner 1. ligi żużlowej – mag.
21.30 Boxing World Weekly – Wokół ringu – mag.
22.00 Speedway+ – mag.
22.30 1 na 1 Extra
23.00 News+ – magazyn
23.55 Koszykówka mężczyzn – Liga hiszpańska

CZWARTEK 17 CZERWCA

13 ULICA

- 9.50 Zabójcze umysły 10
- 11.40 Agenci NCIS: Nowy Orlean (9, 10)
- 13.30 Chicago P.D. 6 (13)
- 14.25 Dowody zbrodni 5 (2, 3)
- 16.15 Zabójcze umysły 11
- 18.15 Agenci NCIS: Nowy Orlean (11, 12)
- 20.05 Chicago P.D. 6 (14)
- 21.00 Agenci NCIS: Los Angeles (15, 16)
- 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (17)
- 24.00 Chicago P.D. 6 (14)

KINO POLSKA

- 7.55 Fetysz – kom. obycz.
- 9.50 Beksińscy – album wideoniczny
- 11.35 Telesprzedaż
- 11.55 Skradziona kolekcja
- 13.45 Stara baśń. Kiedy słońce było bogiem
- 15.55 Kabaretowy rejs
- 17.50 Dom (7)
- 20.00 Układ zamknięty – dramat sensacyjny, 2013
- 22.20 Misja Afganistan (11, 12)
- 0.30 Pani z przedszkola – komedia, 2014

AXN

- 11.55 Rekrut (13, 14)
- 13.50 Baby Driver – sens.
- 16.15 Terminator 3: Bunt maszyn – film SF, 2003
- 18.25 MacGyver 4 (6, 7)
- 20.05 Agenci NCIS: Nowy Orlean 7 (15)
- 21.00 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (8)
- 22.00 Super Tata – komedia, USA 1999
- 23.55 Agenci NCIS: Nowy Orlean 7 (15)
- 0.50 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (8)

ROMANCE TV

- 12.20 Piosenka dla Mii – melodramat, Niem. 2019
- 14.15 Górski lekarz (69)
- 16.05 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (8)
- 18.05 Rosamunde Pilcher: Na wietrze
- 20.00 Inga Lindström: Rodzinne więzy – melodramat, 2016
- 21.55 Wszystko dla pań (163)
- 22.50 Pokój ze stajnią: Góry przenosić
- 0.40 Inga Lindström: Rodzinne więzy

POLSAT FILM

- 7.30 Nasz nowy dom (140)
- 8.30 Przyjaciółki (105, 106)
- 10.30 Świat według Kiepskich (227, 150, 77, 78)
- 12.40 Rio – film anim., USA
- 14.40 Lizzie McGuire – kom.
- 16.40 G.I. Joe: Odwet – film
- 19.00 Serce nie sługa – film obycz., Polska 2018
- 21.00 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – komedia romant., 2008
- 23.10 Stan oblężenia – thriller, USA 1998
- 1.30 Ślad (29, 30)

TNT

- 6.03 Zuchy Hogana (38-39)
- 7.38 Doktor Quinn 6
- 9.33 Dromek na prerii 5 (5-6)
- 14.02 Doktor Quinn 6
- 15.56 Strażnik Teksasu (3 z 13)
- 18.34 Rocky – dramat obycz.
- 21.00 Straszny film – horror komediowy, USA 2000
- 22.38 Straszny film 2 – horror kom., USA 2003
- 0.13 Żywy cel – dramat sensacyjny, 1996
- 1.56 Kumple na zawsze – film sens., USA
- 3.38 Blast Vegas – przyg.

TVN FABUŁA

- 12.20 Zakochani po uszy 5
- 13.25 Singielka (46, 47)
- 14.30 Diagnoza (13)
- 15.30 Przepis na życie 2 (5)
- 16.30 Pokolenie mistrzów (4)
- 17.00 Szkoła filmowa – mag.
- 17.35 Motywy filmowe (4)
- 17.50 Mój przyjaciel delfin 2 Ocalić Mandy – film familijny, USA 2014
- 20.00 Krucjata Bourne'a – thriller, 2004
- 22.20 Geoburza – SF, USA
- 0.40 Zamiana ciał – komedia, USA 2011

FOX

- 12.50 Mentalista 4 (15, 16)
- 14.40 Lucyfer 2 (9)
- 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5
- 16.30 Chicago Fire 9 (5, 6)
- 18.20 Chicago Med (9, 10)
- 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9
- 21.05 Magnum: Detektyw z Hawajów (2)
- 22.00 Troja – dramat historyczny, 2004
- 1.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9
- 2.10 Kości 11 (16, 17)

ID

- 6.00 Śmierć na drugą zmianę
- 8.00 Zabójcze siostry
- 10.00 Tajemnice jeziora Erie
- 12.00 W sieci kłamstw
- 14.00 Cień wątpliwości
- 16.00 Sprawiedliwi z Teksasu
- 18.00 Powiem, kto mnie zabił
- 21.00 Śledztwo na wizji
- 22.00 Nastolatka spalona żywcem
- 24.00 Teściowe z piekła rodem

POLSAT SERIALE

- 6.00 Gliniarze (277-279)
- 9.00 To nie koniec świata!
- 13.00 Niania 4 (47-50)
- 15.00 Świat według Bundych
- 16.00 Świat według Kiepskich
- 18.00 Gliniarze (314)
- 19.00 Malanowski i partnerzy (775, 776)
- 20.00 Bad Boy (3)
- 21.00 Zapłata – thriller SF, USA 2003
- 23.35 World Trade Center – dramat społ., USA
- 2.10 Na ratunek 112
- 3.10 Jednostka 19 (4)

TLC

- 12.00 Wiza na miłość: dalsze losy (3)
- 14.00 Wiza na miłość (19)
- 15.00 Wiza na miłość: Loren i Alexei w oczekiwaniu na dziecko
- 16.00 Historie wielkiej wagi
- 18.00 Skórze na ratunek (2)
- 19.00 Mistrzowie remontu
- 20.00 Derrico: rodzinka razy cztery
- 21.00 Kiedy dzieci mają dzieci 4 (8)
- 22.00 Sześć razy córka (15)
- 24.00 Nie do uwierzenia!

KINO TV

- 6.40 Narzeczona dla księcia
- 8.45 Komisarz Rex (12)
- 9.45 Klątwa Tutenchamona
- 11.35 Poirot (2)
- 13.20 Listy do Julii – kom.
- 15.50 Pies prezydenta
- 17.50 Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014
- 19.55 Poirot
- 21.00 Wieczór z horrorem: Duch – horror, USA
- 23.15 Egzorcysta 3 – horror
- 1.40 Saga wikingów – film przygodowy, 2014

PARAMOUNT CH.

- 5.00 Uśmiech Mony Lizy
- 7.25 Zabawa w Acapulco – komedia muz., USA
- 9.30 Gung Ho – kom., USA
- 11.55 Wielka noc Casanovy
- 13.50 Jak ugryźć dziesięć milionów – kom. krym.
- 16.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (8-10, 13)
- 18.00 Dwóch i pół 6 (20-23)
- 20.00 Angielski pacjent – melodramat, USA
- 23.30 Cztery pokoje – czarna komedia, USA
- 1.45 Błękitne Hawaje

ALE KINO+

- 10.15 Adam – dramat obycz.
- 12.10 Techno – etiuda film.
- 12.45 Kobiety za kamerą (4)
- 14.00 Kino Mówi Extra
- 15.05 Rykoszety – film krótk.
- 15.45 Tajemnica Raoula Taburina – kom., 2018
- 17.25 Charles Bronson – wcielenie męskości
- 18.35 Żona do podziału – komedia, 2015
- 20.10 Paraslte – komediodramat, Korea Płd. 2019
- 22.45 Na krańce świata
- 0.40 A potem tańczyliśmy

BBC FIRST

- 13.35 Ojciec Brown 8 (5)
- 14.25 Lewis 2 (6)
- 15.20 Śmierć pod palmami 2
- 16.20 Obiady piątkowe 4 (5)
- 16.50 Z pamiętnika położnej
- 17.40 Doktor Who 6 (7)
- 18.35 Ojciec Brown 8 (6)
- 19.30 Nowe triki 7 (9)
- 20.30 Śmierć pod palmami 3
- 21.35 Trygonometria (4)
- 22.30 Dziewczyna z jednostki 3 (3)
- 23.30 Pogoń za miłością (3)
- 0.40 Obiady piątkowe 4 (5)
- 1.10 Z pamiętnika położnej

CI POLSAT

- 13.15 Kobiety, które zabijają 14 (11)
- 14.15 Krwawe rozstania 5
- 15.10 Paragraf 148 – kara śmierci – mag. krym.
- 15.40 Polskie zabójczynie 2
- 16.05 Łowca zbrodni 6 (19)
- 17.05 Kobiety, które zabijają 14 (7)
- 18.05 Mistrzowie zbrodni
- 20.05 Krwawe rozstania 5
- 21.00 48 godzin 23 (11)
- 22.00 Jak przeżyć zbrodnię
- 23.00 Zabawa w zabójcę – thriller, Kanada 2013

TELE 5

- 7.00 Autostrada do nieba (21)
- 8.00 Droga wolna 2 – mag.
- 8.25 Coś śmiesznego (21, 4)
- 9.00 Telesprzedaż
- 12.30 Mango – telezakupy
- 14.45 Telesprzedaż
- 16.00 Autostrada do nieba
- 17.05 Kabaretowy Szał (3, 13)
- 19.00 Kabaretowy Szał 3 (7)
- 20.00 Kabaretowy Szał (10)
- 21.00 Misja na Marsa (7, 8)
- 23.00 Królowie żyta (9)
- 23.30 Coś śmiesznego – rozr.
- 24.00 Kabaretowy Szał (3)

CBS EUROPA

- 9.40 Śpiew miłości – melodramat, 2000
- 11.25 Moja słodka Sunday
- 12.55 Wtyczka – film sens.
- 14.45 Buntownik XX wieku
- 16.50 Doktor Quinn: Serce na dłoni – film obycz.
- 18.35 Duma i uprzedzenie – film kostium., 2005
- 21.00 Siła muzyki – dramat obyczajowy, USA 2014
- 22.45 Julie i Julia – film biograficzny, USA 2009
- 1.05 Pulp Fiction – dramat sens., USA

EPIC DRAMA

- 10.30 Detektyw Murdoch 4
- 12.30 Detektyw Murdoch 5
- 13.30 Zagadki kryminalne panny Fisher (9, 10)
- 15.50 Endeavour: Sprawy młodego Morsa 2 (4)
- 17.40 Sprawy Frankie Drake
- 19.35 Detektyw Murdoch 11
- 21.30 Operacja Buffalo (1)
- 22.35 Projekt Błękitna Księga (4)
- 23.35 Detektyw Murdoch 11
- 1.20 Sprawy Frankie Drake
- 2.50 Zagadki kryminalne panny Fisher (9)

SCI FI

- 8.00 Herkules 3 (8-11)
- 11.40 Grimm 2 (3, 4)
- 13.30 Gwiezdne wrota 7
- 15.20 Przygody Merlina 5
- 17.10 Grimm 2 (5, 6)
- 19.00 DC's Legends of Tomorrow 2 (17)
- 20.00 DC's Legends of Tomorrow 3 (1)
- 21.00 Vagrant Queen (1)
- 22.00 Noc oczyszczenia (1)
- 23.00 The Grudge – Klątwa – horror, 2004
- 1.00 Hellbound: Hellraiser 2 – horror, W. Bryt.

AMC

- 9.40 Diabelskie wiatry
- 11.35 Góra śmierci – horror
- 13.15 Zoom In (23) – mag.
- 13.25 Bieguny śmierci
- 15.00 Zoom In (13) – mag.
- 15.10 Tornado – katastrof.
- 17.00 Zoom In (26) – mag.
- 17.10 Atomowy rekin – horror SF, USA 2016
- 18.50 Van Helsing – horror SF, 2004
- 21.25 Creepshow (9, 10)
- 22.25 Ostatni rycerze – film przygodowy, 2015
- 0.40 Lista – thriller

AXN BLACK

- 7.15 Ultraviolet 2 (7, 8)
- 9.10 Rewir (9, 10)
- 11.00 MacGyver 3 (17-20)
- 14.40 Ultraviolet 2 (9, 10)
- 16.50 2012 – film katastroficzny, 2009
- 20.05 Niesamowity Spider-Man – film przyg.
- 22.50 Superfly – film sensacyjny, USA 2018
- 1.05 Future Man (12, 13)
- 2.25 Ultraviolet 2 (9, 10)
- 4.35 Squad (55)
- 5.20 Blok promocyjny AXN Black

COMEDY CENTRAL

- 7.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (10-13)
- 9.35 Mamuśka (7, 8)
- 10.30 Przyjaciele 4 (18-23)
- 13.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (16-21)
- 16.00 Przyjaciele 4 (24)
- 16.30 Przyjaciele 5 (1-5)
- 19.00 Teoria wielkiego podrywu 6 (20-24)
- 21.10 Teoria wielkiego podrywu 7 (1-3)
- 22.30 Dwóch i pół 6 (20, 21)
- 23.30 Comedy Club 6 (9)
- 24.00 Wlatcy móch 5 (11, 12)

POLSAT CC EXTRA

- 10.30 Kabaret na żywo (9)
- 12.30 Świat według Kiepskich
- 13.30 Przyjaciele 4 (6-9)
- 15.30 Co ludzie powiedzą 2
- 17.30 Świat według Kiepskich
- 19.00 I kto tu rządzi? (2, 3)
- 20.00 Niania (5, 6)
- 21.00 Co ludzie powiedzą 2
- 23.00 Latający cyrk Monty Pythona 3 (2, 4)
- 0.25 Świat według Kiepskich
- 1.25 Graczykowie (13, 14)
- 2.30 Rodzina zastępcza
- 3.30 Drunk History – Pół litra historii – pr. rozr.

TVN STYLE

- 15.40 Inspirujące kobiety
- 16.10 W czym do ślubu?
- 16.45 Ugotowani
- 17.45 Kuchenne rewolucje
- 18.45 I nie opuszczę Cię aż do ślubu
- 19.25 Kobieta na krańcu świata
- 19.55 Rośliny dla zielonych
- 20.40 Patent na dom
- 21.40 Kto tu mieszka?
- 22.25 Pani Gadżet extra
- 22.55 Pani gadżet erotycznie
- 23.25 Jak dobrze wyglądać nago. Powrót po latach

POLSAT CAFÉ

- 12.00 Randka z nieznajomym
- 13.00 Gwiazdy na dywaniku
- 13.30 Top Chef
- 15.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów
- 16.00 Biedni kontra bogaci
- 17.00 Bogaty dom – biedny dom
- 18.00 Nasz nowy dom
- 19.00 Skazany za...
- 20.00 Zdrady
- 21.00 Gry małżeńskie
- 23.00 Zdrady
- 24.00 Love Island. Wyspa miłości

HGTV

- 18.25 Nowa Maja w ogrodzie 5
- 19.00 Nowe życie na Hawajach 9
- 19.30 Nowe życie na Hawajach 4
- 20.00 Zamieszkać na plaży 4
- 20.30 Zarobić na remoncie 6
- 21.00 Chcę mieszkać przy plaży 2
- 21.30 Pomysłowe projekty 2
- 22.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 9
- 22.30 Totalne remonty Szelągowskiej 2

CANAL+ DOMO HD

- 16.00 Kupione i co dalej? 2
- 16.30 Wyzwanie – nowe mieszkanie 13 – mag.
- 17.00 Gardeners' World 13
- 18.00 Ucieczka na wieś 18
- 19.40 Daleko od miasta 7
- 20.10 Cudotwórcy 5 – mag.
- 21.00 Grunt to ogród – mag.
- 21.30 Pokochaj swój ogród 9
- 22.30 Wielkie marzenia w małych przestrzeniach 2
- 23.40 Gardener's World 9. Odcinki specjalne
- 0.50 Nowy taras od zaraz

FOOD NETWORK

- 14.00 Człowiek kontra jedzenie – magazyn
- 14.30 Ugotowani
- 15.30 MasterChef Junior
- 17.00 Makłowicz w drodze
- 18.35 Makłowicz w Polsce
- 19.05 Sztuka mięsa – mag.
- 19.35 Subiektywny ranking smaków – pr. rozr.
- 20.40 Włoska podróż pełna smaków
- 21.45 Włoska uczta na morzu
- 22.45 Sexy kuchnia Magdy Gessler – mag. kulin.
- 23.50 Palce lizać – magazyn

CANAL+ KUCHNIA

- 15.00 Kulinarne safari – ziemia
- 15.30 Jakubiak lokalnie 4
- 16.00 Żołądek czy rozsądek? 7
- 17.00 30 minut Jamiego
- 18.00 Francuskie wędrówki Julie 6
- 19.05 Nie bój ryby!
- 19.35 U sąsiadów w kuchni 8
- 20.05 Anthony Bourdain: miejsca nieznane 11
- 21.45 Chef Flynn – najmłodszy kucharz świata
- 23.15 Queensland z Justine Schofield

TVP KULTURA
- 18.30 Stawiam na Tolka Banana
- 19.45 Muzeum Polskiej Piosenki
- 20.00 Mazepa – sztuka według dramatu Juliusza Słowackiego
- 22.05 Tamte lata, tamte dni
- 22.40 Czwartkowy klub filmowy
- 22.50 Trzy kolory: Biały – dramat psycholog., Polska/Francja/Szwajcaria 1993
- 0.30 Berlin Live – Blondie

TVP HISTORIA
- 16.20 Taśmy bezpieki
- 16.50 Czas pieniądza
- 17.15 Z wyciągniętymi rękami
- 18.10 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych
- 18.30 Czterej pancerni i pies
- 19.30 „Czterej pancerni i pies", odc. 9
- 20.00 Konwój PQ17 – katastrofalny bilans
- 21.00 Giganci historii
- 21.50 Migawki historii
- 22.25 Krzyż ponad swastyką
- 23.55 Pokolenia

DISCOVERY CH.
- 12.00 Wyprawa po skarb Inków
- 13.00 Bimbrownicy
- 15.00 Złomowisko PL
- 16.00 Morze złota
- 17.00 Celnicy na straży Europy 3
- 18.00 Lotnisko
- 19.00 Zawodowcy: drwale
- 20.00 Złomowisko PL
- 21.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
- 22.00 Morze złota 10
- 23.00 Bracia Collins biorą się do roboty

NATIONAL GEOGR.
- 13.00 Łowcy huraganów
- 14.00 Szlakiem przeklętych miejsc
- 15.00 Porzucone konstrukcje
- 16.00 Superkonstrukcje
- 17.00 Wcielenia zła
- 18.00 Megastadiony
- 19.00 Europa z powietrza
- 21.00 Prace wysokiego ryzyka
- 22.00 Największe samoloty świata
- 23.00 (nie)Zwykłe wynalazki
- 24.00 Katastrofa w przestworzach

TVP ABC
- 13.50 44 Koty
- 14.20 Starylkowo
- 14.45 Strażak Sam
- 15.20 Alchemik
- 15.45 Yakari
- 15.55 Przyjaciele z podwórka
- 16.25 Clifford – wielki czerwony pies
- 16.55 Kucharz Shane
- 17.10 Wissper
- 17.30 Robot Trains
- 18.05 Mia i ja
- 18.30 Zagubiona w Oz
- 19.00 Wieczorynka
- 20.05 Masza i Niedźwiedź

PLANETE+
- 7.50 Życie na wyścigach
- 8.55 Lata 2000.
- 12.30 Szkocja z przestworzy
- 16.00 Obrzędy i rytuały świata
- 17.00 360° Świat bez granic 6
- 18.00 Świat z góry 7
- 19.00 Jak widzą zwierzęta?
- 20.00 Zwierzęca moda. Co noszą zwierzęta?
- 21.00 Historia Wielkiej Brytanii w kolorze
- 23.00 Polska z góry 5
- 24.00 Brudna forsa

DISCOVERY HISTORIA
- 11.00 Superbohaterowie PRL
- 12.00 Wolna miłość w PRL
- 13.00 Jak świat się śmieje
- 14.00 Historia komedii, czyli co nas rozśmiesza 2
- 15.00 Polscy szpiedzy
- 16.00 Muzealne tajemnice
- 17.00 Łowcy staroci
- 19.00 Wrzesień '39
- 20.00 Wielkie bitwy II wojny światowej oczami świadków
- 22.00 Łowcy staroci: Renowacje
- 23.00 Na ratunek starociom

DISCOVERY SCIENCE
- 6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
- 8.00 Inżynieria ekstremalna
- 11.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny
- 14.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
- 16.00 Wiadomość z kosmosu
- 19.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny
- 23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
- 24.00 Jak to jest złożone?
- 1.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń

NATIONAL GEO. WILD
- 12.00 Dzikie miejsca Europy
- 13.00 Wrogi świat
- 14.00 Polowanie na myśliwego
- 15.00 Niuchacze
- 16.00 Niezwykły dr Pol
- 18.00 Arcytrudna misja
- 19.00 Cesar Millan na ratunek
- 20.00 Zwierzęta doskonałe – krótki przewodnik
- 21.00 Królestwo drapieżników
- 22.00 Niezwykły dr Pol
- 23.00 Reguły przetrwania

NICKELODEON
- 12.40 Alvinnn!!! i wiewiórki
- 13.25 Wróżkowie chrzestni 9
- 13.50 Harmidom 2
- 14.40 SpongeBob Kanciastoporty
- 16.00 Po prostu Kucek
- 16.25 Zagadki rodziny Hunterów 4
- 17.20 Game Shakers. Jak wydać grę 2
- 18.20 Niebezpieczny Henryk 5
- 19.15 Grzmotomocni
- 19.40 Dodaj magii 2
- 20.05 Zmiksowana Kally

TVP HD
- ...Ojciec Mateusz 9
- ...mnie się nie...
- ...Partw 6
- ...Ranczo 8
- ...Sanatorium miłości
- ...Ojciec Mateusz 21
- ...Ojciec Mateusz 3
- ...Ranczo 8
- ...Rodzinka.pl
- ...Na dobre i na złe
- ...Moje 600 gramów szczęścia
- ...Miłości nie kupisz – komedia romant., USA 2017

POLSAT DOKU
- 8.00 Hardkorowy lombard
- 9.00 Gliniarze
- 11.00 Polacy w świecie
- 13.00 Poszukiwacze historii
- 13.55 Łowcy nazistów
- 15.00 Najdziwniejsze restauracje świata
- 15.25 Pociągi, które zmieniły świat
- 17.40 Niezwykłe pociągi
- 19.40 Nieznany syn Hitlera
- 20.50 Naziści i masoneria
- 22.00 Operacja Overlord – alianci atakują
- 24.00 Łowcy nazistów

POLSAT V. HISTORY
- 14.05 Tajna wojna
- 15.15 Na polu bitwy
- 16.35 II wojna światowa: cena imperium
- 17.40 Muzeum pełne tajemnic 11
- 18.40 Śladami Attyli, władcy Hunów
- 19.35 Pompeje: po katastrofie
- 21.00 Historia odkryta na nowo 2
- 22.05 Wojenne fabryki 2
- 23.05 Alianckie skrzydła nad Normandią

POLSAT V. EXPLORE
- 13.35 Turkusowa gorączka
- 14.30 Australijscy poszukiwacze złota 4
- 15.30 Australijscy łowcy bydła
- 16.10 Lodowi wikingowie
- 17.00 Rzeczne potwory 4
- 18.10 Australijscy poszukiwacze złota 3
- 20.00 Australijscy poszukiwacze złota 2
- 21.55 Lodowi wikingowie
- 22.50 Gruchoty za gotówkę
- 0.45 Wraki-składaki z Las Vegas 2

BBC EARTH
- 12.55 Animal Impossible
- 13.55 W okowach mrozu 6
- 14.55 W okowach mrozu 7
- 15.55 Życie na pustkowiu 3
- 16.55 Zabójcze kataklizmy
- 17.55 Cała prawda o zdrowym odżywianiu
- 18.55 Jak budowano imperia
- 19.55 Dzień zero
- 20.40 Planeta doskonała: miniodcinki
- 20.55 Życie na pustkowiu 4
- 21.55 W okowach mrozu
- 23.00 Cała prawda o witaminach

CARTOON NETWORK
- 11.10 Młodzi Tytani: Akcja! 6
- 12.00 Clarence
- 13.55 Niesamowity świat Gumballa 3
- 14.54 Młodzi Tytani: Akcja! 2
- 15.45 Kicia Rożek 2
- 16.40 Niesamowity świat Gumballa
- 17.31 Craig znad Potoku 2
- 18.00 Młodzi Tytani: Akcja! 6
- 18.55 Niesamowity świat Gumballa
- 19.52 Power Players
- 20.20 Bakugan: Przymierze wojowników

WP
- ...Pokochaj lub sprzedaj 6
- ...Pokochaj lub sprzedaj Vancouver
- ...WP News 16:50 – inf.
- ...WOW, czyli wszystko o wodzie
- ...Pokochaj lub sprzedaj – wakacyjne domy
- ...Mam Talent Wielka Brytania 12 – pr. rozr.
- ...Porzucone budowle 4
- ...Mistrzowie Kabaretu 7
- ...Mistrzowie Kabaretu 10 – pr. rozr.

TRAVEL CHANNEL
- 16.45 Hotele marzeń – rozr.
- 17.15 Skok na weekend
- 17.45 COOL gadżet – pr. rozr.
- 18.20 COOL turyści – rozr.
- 18.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
- 20.05 Operacja: LOT 2
- 21.10 Kossakowski. Szósty zmysł. Rosja
- 21.45 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 9
- 22.15 Weekendowe podróże z Giadą 2
- 23.15 Ekstremalne podwodne atrakcje

HISTORY
- 9.45 Gwiazdy lombardu 9
- 10.15 Wojny magazynowe – Nowy Jork
- 11.15 Wykute w ogniu 5
- 12.10 Bitwy magazynowe 3
- 13.05 Wojny magazynowe 7
- 14.00 Bitwy magazynowe 5
- 14.55 Gwiazdy lombardu 9
- 15.20 Wykute w ogniu 5
- 17.10 Ludzie gór 5
- 19.05 Bitwy magazynowe 5
- 20.00 Wykute w ogniu 8
- 22.00 Zrób to sam: wojny warsztatowe
- 23.00 Gwiazdy lombardu 9

DTX
- 12.00 Królowie asfaltu 7
- 13.00 Ciężarówką po antypodach
- 14.00 Fani czterech kółek
- 17.00 Ale jazda
- 17.30 K2 – kierowców dwóch
- 18.00 Królowie asfaltu
- 19.00 Goblin Works Garage
- 20.00 Niechciani w Gas Monkey
- 21.00 Ile warta jest ta bryka
- 22.00 Uliczne wyścigi: Nowy Orlean
- 23.00 Jeździy piekieł
- 24.00 Militaria na warsztat

CBS REALITY
- 12.00 Na miejscu zbrodni 9
- 13.00 Zakładnik – piekło przetrwania
- 14.00 Hardcorowy Lombard
- 16.00 Strzegąc granic 9
- 17.00 Na straży kanadyjskich granic 2
- 18.00 Na straży australijskich granic 6
- 20.00 Rutynowa kontrola trzeźwości 5
- 21.00 Tropami zbrodni 2
- 22.00 48 godzin 32
- 23.00 Mordercy w koloratkach

MINIMINI+
- 14.00 Barbie: Dreamhouse Adventures
- 14.50 Enchantimals: Magiczne opowieści
- 15.00 Marta mówi
- 16.40 Luluś i Kropka budują
- 17.00 Dzieciaki straszaki
- 17.35 Bing
- 17.55 Frytka i Kartofelcia
- 18.20 Tomek i Przyjaciele
- 18.55 Bob Budowniczy
- 19.25 Dzieciaki straszaki
- 19.55 Barbie: Dreamhouse Adventures
- 20.30 Trojaczki

ZOOM TV
- ...Dochodowy remont 7
- ...Dostawcy królewskiego dworu
- ...Rodzina królewska: romanse i zdrady
- ...Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
- ...Co ludzie powiedzą?
- ...U Pana Boga w ogródku
- ...Z archiwum X
- ...Hity polskiego kabaretu 4 – pr. rozr.
- ...Magia nagości Niemcy 2

METRO
- 11.25 Zakochani po uszy
- 12.25 Sąd rodzinny
- 13.26 LAB
- 14.25 Detektywi
- 15.35 Detektyw Monk 4
- 16.35 Łowcy staroci 12
- 17.35 Walka o bagaż
- 18.05 Wojny magazynowe – Teksas 3
- 19.00 Militaria na warsztat 3
- 20.00 Gorączka złota 7
- 21.00 Atak na „Królową" – film sens., USA 2003
- 22.55 Co za kabaret!
- 23.55 Kodeks gangstera

TVP POLONIA
- 16.20 Licz na Wiktora
- 16.30 Rodzinka.pl
- 17.00 Teleexpress
- 17.20 Czas pieniądza – mag.
- 17.35 Mówimy po polsku
- 17.50 Gra słów. Krzyżówka
- 18.20 Barwy szczęścia
- 18.50 Wilnoteka – magazyn
- 19.10 Wschód – magazyn
- 19.30 Wiadomości
- 20.20 PitBull
- 22.05 Polonia 24 – mag. inf.
- 22.35 Muzyka, taniec, zabawa – koncert
- 23.30 Rodzinka.pl

NOWA TV
- 7.35 Pod lupą – magazyn
- 8.00 Byli sobie podróżnicy
- 8.40 Daleko od noszy 2
- 10.10 Malanowski i partnerzy
- 12.20 Na ratunek 112
- 15.20 Chłopaki do wzięcia
- 18.20 Gliniarze
- 20.15 Zdrady
- 21.00 To nie jest kolejna komedia dla kretynów – komedia, USA 2001
- 22.55 Telemaniak – czarna komedia, USA 1996
- 0.55 Więzienie

ESKA TV
- 12.00 Szybkie strzały – rozr.
- 14.00 Nagrywarka – rozr.
- 15.00 The best of ESKA
- 16.00 Przesłuchanie – rozr.
- 17.00 Made in Poland
- 18.00 HITY Baby One More Time – pr. muzyczny
- 19.00 Historia jednej piosenki – pr. muz.
- 19.55 Eska TV info – pr. inf.
- 20.00 Miejska lista – muz.
- 21.00 Jazdy Gwiazdy – rozr.
- 22.00 Love Island. Wyspa miłości – reality show
- 23.00 Warsaw Shore

TV TRWAM
- 17.30 Odpowiedzialni za Kościół
- 18.15 Rozmowy niedokończone
- 19.30 Przyjaciele i bohaterowie
- 20.00 Informacje dnia
- 20.20 Różaniec
- 20.50 Głos Polski
- 21.00 Apel Jasnogórski
- 21.20 Informacje dnia
- 21.40 Polski punkt widzenia
- 22.00 Ziemia Obiecana
- 23.00 Śladami apostoła Pawła

Krzyżówka

WYGRAJ 150 ZŁ W GOTÓWCE

Sprawdź się również na krzyzowki.se.pl

Rozwiązanie wyślij SMS-em pod nr 7365, wpisując w treści: SXK.TV.23.rozwiązanie krzyżówki

Koszt SMS-a wynosi 3,69 brutto, czyli 3 zł netto. Dostawcą usługi jest Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. sp. j., reklamacje: krzyzowki@se.com.pl

Rozwiązanie możesz także wysłać na karcie pocztowej pod adres: „Super Express", ul. Jubilerska 10, 04-190 Warszawa, z dopiskiem „SUPER KRZYŻÓWKA NR 21"

WPISZ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8

Termin nadsyłania rozwiązań: 17 czerwca 2021 r. do godz. 24.
Rozwiązanie i nazwisko zwycięzcy znajdziecie w „Super Expressie TV" 2 lipca 2021 r.

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI
20 z 21 maja 2021 r.

HASŁO: KONWALIE

NAGRODA:
150 zł – Franciszka Komenda z Bielska-Białej

Redaktor naczelny: Grzegorz Zasępa; **Szef Magazynu SE TV:** Aleksandra Pawłowska; **Dyr. artystyczny:** Piotr Dąbrowski; **Projekt makiety:** Mariusz Kamil Trocewicz **Grafiki:** Bożena Blaut; **Fotoedycja:** Izabela Drozd, Monika Gajda; **Adres redakcji:** ul. Jubilerska 10, 04-190 Warszawa, tel. 22 515 90 01, fax 022 515-90-10; **Wydawca:** TIME SA, ul. Jubilerska 10, 04-190 Warszawa, www.grupazpr.pl; **Prezes zarządu i dyr. generalny:** Katarzyna Białek; **Dyr. generalna Grupy Super Express:** Ewa Lampart; **Dyr. Biura Reklamy:** Anna Sobota; **Marketing manager:** Edyta Wysokińska, ewysokinska@grupazpr.pl, tel. 22 515 92 96; **Dyr. Produkcji i Dystrybucji:** Małgorzata Kuźma; **Pogram TV:** AKPA Polska Press Sp. z o.o.; **Druk:** Walstead Central Europe *Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.*

Administratorem danych osobowych jest TIME SA, z siedzibą w Warszawie (04-190), ul. Jubilerska 10, tel.22 515 91 00. Dane osobowe uczestników krzyżówek będą przetwarzane w celu realizacji umowy przystąpienia do krzyżówek, jej prawidłowego przeprowadzenia i wydania nagród. Podstawą prawną jest art. 6 ust. 1 lit. b) RODO. Dane przetwarzane będą przez 6 lat. Każdej osobie, która podała dane, przysługuje prawo żądania dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także prawo sprzeciwu wobec ich przetwarzania i wniesienia skargi do organu nadzorczego. Przekazanie danych jest dobrowolne lecz niezbędne do wzięcia udziału w krzyżówkach.reklamacje: krzyzowki@se.com.pl

Porady

...ajemnice ...obiecego ...IBIDO

...DO JEST CECHĄ INDYWIDUALNĄ ...ŻDEJ KOBIETY. OCHOTA NA SEKS ...LEŻY OD WIELU CZYNNIKÓW, ...WNIE OD HORMONÓW, STANU ...SYCHICZNEGO I WZAJEMNYCH RELACJI W ZWIĄZKU

...a kobiece libido bardzo szkodzi stres, który jest najczęstszą przyczyną osłabienia popędu, a nawet jego utraty. ...pływ na seks ma też chroniczne zmęcze... ...zbyt mało snu i za dużo pracy. Libido za... ...również od stanu układu krwionośnego. ...dobrego ukrwienia intymnych obszarów ...ą one mniej wrażliwe na dotyk i stymu... ...mogą pojawić się problemy z lubryka... ...istnieje dużo chorób, które wpływają na ...np. cukrzyca, wysoki poziom cho... ...nie, np. cukrzyca, wysoki poziom cho... ...miażdżyca czy nadciśnienie. Popęd ...słabnąć przez nieodpowiedni poziom ...onów we krwi. Niedobór estrogenu lub ...ar prolaktyny znacząco obniżają ocho... ...seks. Kobiece libido jest uzależnione też ...cyklu miesiączkowego. W czasie owu... ...ośnie, pod koniec cyklu znacznie spada. ...opęd mają również wpływ niektóre leki ...ntydepresanty, leki uspokajające, nasen... ...tabletki antykoncepcyjne. Na pożądanie ...wa też pełny brzuch. Po przejedzeniu dla ...zmu najważniejsze staje się dokrwienie ...du trawiennego, a nie genitaliów.

foto SHUTTERSTOCK

REKLAMA

24h DARMOWY KONTAKT !!! +18

SMS o treści: MONIKA.SE na darmowy nr 80889

Wyślij SMS: ANETA.SE na darmowy nr 80889

Wyślij SMS: EDYTA.SE na darmowy nr 80889

SMS o treści: ALICJA.SE na darmowy nr 80889

Nie znalazłeś nic dla siebie? sms SPOTKANIE na darmowy nr 8091 0 zł SMS*

!!! Dostaniesz aż 10 ofert napalonych kobiet !!!

WIBRATOR SILICONE CLASIC
To nowoczesny talisty wibrator dostępny w czterech kolorach, wykonany z sylikonu medycznego. Posiada 7 funkcji wibracji i posiada stymulator łechtaczki, jest wodoodporny. Dł. 16 cm, gr. do 3 cm.
NR: 13252 – Cena: 119,99 zł

TITAN CAPS
To produkt, dzięki któremu twój penis będzie większy i sztywniejszy. Powiększa od 3 do 7 cm, doprowadza również do silnej erekcji oraz dzięki jego stosowaniu przedłuża się czas trwania stosunku.
Cena 60 kaps. – 149 zł

BIG SIZE KREM
Powiększ swojego penisa zupełnie bezpiecznie od 3 do 7 cm i w obwodzie do 30%. Krem wchłania ukrwienie działając bezpośrednio na prącie. Siła erekcji gwarantowana.
Cena 100 ml – 99,99 zł

Zamawiając w zestawie Titan Caps + Big Size Gel Cena 209,99 zł

NAKŁADKA NA PENISA
Wykonana z sylikonu dopasowuje się do każdego penisa jak druga skóra, poprzez ucisk całego członka skutecznie przedłuża stosunek. Nakładka pogrubia o 1 cm i wydłuży penisa do 2 cm.
NR: 21503SK – Cena 34,99 zł

EUFORIA DROPS
Krople, które rozpalą każdą kobietę. Wystarczy parę kropli, by kobieta przemieniła się w niewyżytą nimfomankę. Dzięki temu preparatowi spełnicie swoje erotyczne marzenia.
Cena 30 ml – 59,99 zł

VIAGEN
Bardzo skuteczny preparat na erekcję, wystarczy 1 szt. na 60 min przed zbliżeniem, by cieszyć się sprawnością seksualną przez 36 h.
Cena: 1 szt. – 23 zł.
10 szt. – 210 zł

MASTURBATOR
Z wibracją Magic Flesh agina wykonana z materiału do złudzenia przypominająca z wyglądu i dotyku ludzką skórę. Posiada wibrację o pełnej regulacji.
Nr: 15067ST Cena – 69,99 zł

WIBRATOR ŻELOWY
Wykonany z antyalergicznego żelu, delikatnego i miłego w dotyku. Wodoodporny mechanizm wibrujący znajduje się na górze penisa. Dł. 22 cm, gr. 4 cm.
Nr: 13501 Cena – 69,99 zł

PROTEZA PENISA PUSTA
Proteza odzwierciedla ludzkiego penisa. Umieszczona jest na regulowanych pasach, które utrzymują protezę w odpowiednim miejscu.
Dł. 18 cm, gr. 4,5 cm.
NR: 17502SK – Cena 75,99 zł

JAJKO WIBRUJĄCE NA PILOTA
Jajeczko jest poręczne i wygodne w użyciu dzięki pilotowi sterującym jego pracą. Mały pilot przypomina MP3 przez co nikt się nie dowie że masz w sobie jajeczko. Wymiary jajeczka: dł. 7,5 cm, śr. ok. 3,2 cm.
Nr: 20550ST Cena – 49,99 zł

LALKA MIŁOŚCI OLA
Poznaj niewybredną kochankę która zawsze ma ochotę i nigdy Ci nie odmówi. Naturalnych rozmiarów z piękną buzią, trzema otworami i pełnymi piersiami.
Nr: 14-003 Cena – 89,99 zł

ZESTAW PIERŚCIENI EREKCYJNYCH
Pierścienie erekcyjne wykonane z bardzo rozciągliwego silikonu. Pasują na każdego penisa. Pierścienie te poprzez ucisk penisa skutecznie wydłużają czas trwania stosunku. Dzięki swoim nieregularnym kształtom przyjemnie podrażniają pochwę i łechtaczkę.
NR: 3035500SK – Cena 29,99 zł

EROS KREM
Zwany potocznie przez klientów Viagrą w kremie, postawi penisa w 2 min. Będziesz miał twardego i sztywnego jak skała. Będziesz mógł robić to raz za razem. Działa bez względu na wiek.
Cena 150 ml – 99,99 zł

POMPKA POWIĘKSZAJĄCO-EREKCYJNA
Regularne stosowanie gwarantuje najwyższą skuteczność powiększenia i likwiduje zaburzenia erekcji.
Dł.: 21 cm, gr.: 6 cm.
NR: 16000 – Cena – 69,99 zł

KOREK ANALNY Z WIBRACJAMI
Wykonany z giętkiego materiału korek analny z silnymi wibracjami. Dzięki swojemu opływowemu kształtowi wsuwnie się w każdą szparkę, dł. 12 cm, gr. od 1 do 3 cm, jest wodoodporny.
NR: 18103 – Cena 69,99 zł

ZAMÓWIENIA PRZYJMUJEMY OD PONIEDZIAŁKU DO NIEDZIELI, RÓWNIEŻ W ŚWIĘTA, W GODZ. 6.00-23.00 TEL. 503-502-670 , 12 412-03-37
Ustawa o zakazie handlu w niedzielę nie dotyczy sprzedaży telefonicznej
KOSZT PRZESYŁKI 19 ZŁ. KUP ZA 200 ZŁ NA HASŁO „+18" KOSZT PRZESYŁKI GRATIS! +18
PRZESYŁKA DO 3 DNI BARDZO DYSKRETNIE ZAPAKOWANA.
EMILY LOVE, UL. MOGILSKA 57, 31-545 KRAKÓW SKLEP CZYNNY PON.–PT. 9-17

W kolorach TĘCZY

Nadszedł miesiąc dumy, tolerancji i kolorów

Adrian Wiśniewski

Czerwiec to miesiąc dumy znany jako Pride Month. To miesiąc wsparcia społeczności LGBT, w którym odbywa się mnóstwo wydarzeń promujących równość i tolerancję. To także świetna okazja, by uczynić swoją szafę bardziej kolorową. Wiele marek z okazji Pride Month tworzy linie koszulek, bluz czy akcesoriów w tęczowych barwach, które są ukłonem w stronę społeczności LGBT. Ale, co ważne, nosić może je każdy – nie tylko by wesprzeć swoich przyjaciół, ale po prostu wyglądać barwnie i wesoło. Bo czy jest coś piękniejszego niż kolory tęczy?

Sukienka[1] 919 zł

Spodnie[1] 289 zł

Torebka[1] 589 zł

Sneakersy[1] 329 zł

Top[1] 99 zł

Bluza[1] 189 zł

Torebka[1] 1209 zł

Klapki[1] 329 zł

T-shirt[1] 75 zł

MARGARET

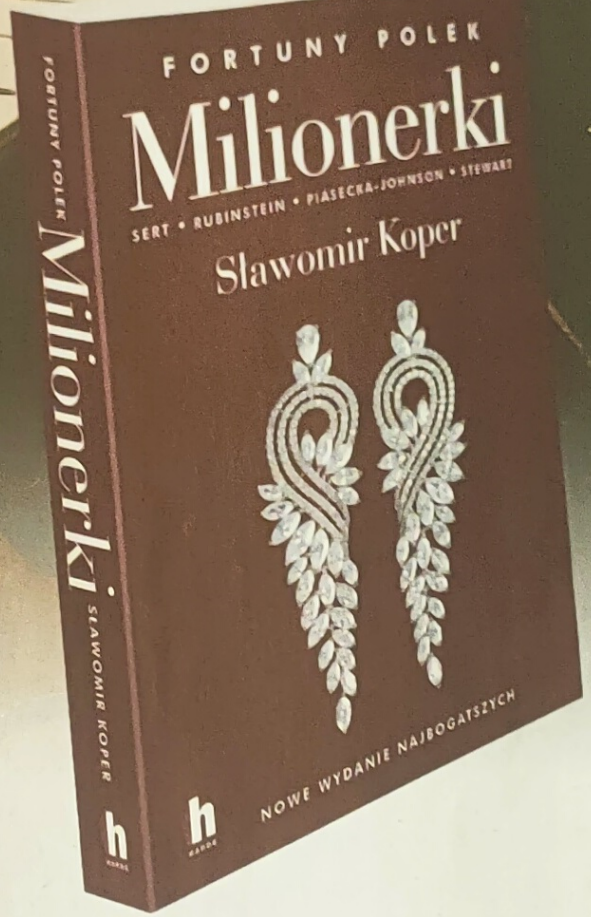
Piosenkarka od lat jest wielką sojuszniczką osób LGBT i kocha zwariowaną, pełną kolorów modę. Nie dziwi więc, że na jedno z medialnych wydarzeń włożyła oryginalny, połyskujący garnitur w kolorach tęczy. Taka stylizacja natychmiast poprawi każdemu humor.

Maciej Musiał

Aktor wspiera każdą miłość i z dumą nosi ten przekaz na tęczowej koszulce z napisem „LOVE". W sieci można znaleźć też T-shirty, z których zysk wędruje na rzecz stowarzyszeń, takich jak KPH.

foto INSTAGRAM, PODLEWSKI/AKPA, ZALANDO[1], EPPRAM[2], EOBUWIE.PL[3]

FORTUNY POLEK



Wciągające historie kobiecych sukcesów,
których możecie im zazdrościć

Zamów już dziś: harde.se.pl lub pod nr tel. 22 590 55 55.
Książka dostępna również w księgarniach internetowych i stacjonarnych

STAWY?
nowa nadzieja...

Innowacyjna formuła ze świeżych liści laurowych oraz rozmarynu!

Kolana, biodra, barki, nadgarstki i plecy.

Kuracja laurowo-rozmarynowa znana od 2 tys. lat!

Wykorzystaj efekt współdziałania:

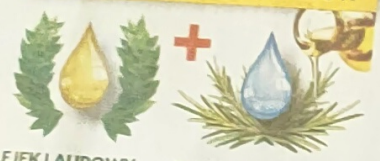
LAUROSEPT Q73*+ STAWOSAN Q7 + ROZMARINE R99*+ STAVOX R9

Laur i rozmaryn skutecznie blokują receptory i działają 5 – krotnie dłużej!

krople i krem laurowy

*Suplement diety

INNOWACYJNE POŁĄCZENIE NATURALNYCH SKŁADNIKÓW



OLEJEK LAUROWY
ze świeżych liści laurowych / Wawrzyn szlachetny: Laurus nobilis L./

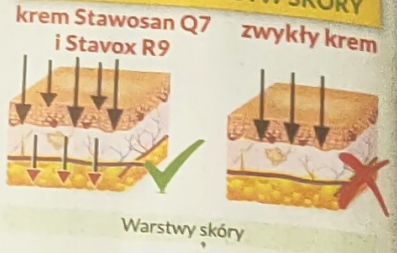
OLEJEK ROZMARYNOWY
ze świeżych liści rozmarynu / Rozmaryn lekarski: Rosmarinus officinalis L./

Te **4** innowacyjne preparaty dopełniają się w działaniu! Jest to przyczyną skuteczności połączonej kuracji:

- **Olejek laurowy i rozmarynowy:** działa bardzo korzystnie, odżywia i wspomaga stawy i cały układ ruchu. Posiada właściwości rozgrzewające i odprężające.
- **Krem z liści laurowych i rozmarynowych:** wnika do głębokich warstw skóry, pielęgnuje, rewitalizuje i działa 5 razy dłużej!

krople i krem rozmarynowy

ZWIĘKSZONE PRZENIKANIE DO GŁĘBOKICH WARSTW SKÓRY



RAZEM PREPARATY ZAWIERAJĄ PONAD 340 SUBSTANCJI BIOLOGICZNIE AKTYWNYCH!

Powrót starej dobrej kuracji na stawy... Czy wiesz że... rozmaryn dał schronienie Świętej Rodzinie, a Św. Wawrzyniec to patron i orędownik naszych stawów?

Nie czekaj na cud! Pomóż swoim stawom dzięki poczwórnej kuracji laurowo-rozmarynowej. Tylko pierwsze 100 osób, które zadzwonią **do 11.07.2021** otrzymają specjalną zniżkę i prezent! Liczba produktów na promocji jest limitowana.

Promocja tylko dla czytelników Super Express TV

ASEPTA Rok założenia 1998

Zamów już dziś z dostawą do domu! tel.: 33 817 34 24 / 25, 602 883 921

online: www.asepta.pro, dostępne W APTEKACH i sklepach zielarskich